



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale PIEMONTE

PROGRAMMA del 1° modulo - Cambiano 7/8 Aprile 2018:

Sabato 07/04

Ore 8,45 Ritrovo e registrazione dei partecipanti

Ore 9,15-11,15

Prof. Luciano Mazzon

- Caratteristiche generali della crescita fisica
- I fattori che influenzano e regolano la crescita
- Periodi e standard della crescita: misure antropometriche

Ore 9,15-11,15

GGG Gallinatto Elisa

- Organizzazione delle gare
- Regolamenti e giurie per le categorie giovanili (a cura GGG)
- Rapporti tecnico-giudice e salvaguardia dell'atleta
- Ruoli in campo
- Indicazioni, reclami, primati
- Cenni sulle regole tecniche

Ore 13,15-14,15 Pranzo

Ore 14,30-18,30

Prof. Luciano Mazzon

- Le basi anatomiche e fisiologiche
- Il funzionamento dei grandi apparati
- La contrazione muscolare
- Il metabolismo energetico
- L'approccio all'atletica attraverso le prove multiple

Ore 19-20 Cena





FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

Comitato Regionale **PIEMONTE**

Ore 20,15-22,15

Prof. Alfonso Violino

- Metodi e stili di insegnamento
- L'utilizzo dei feed-back nell'insegnamento della tecnica
- L'organizzazione di una seduta di allenamento

Domenica 08/04:

Ore 9,00-13,00

Prof. Alfonso Violino

- L'organizzazione sportiva atletica
- Caratteristiche psicologiche nei giovani
- Motivazione e personalità
- Il ruolo del gioco
- Abbandono precoce
- Relazione istruttore-allievo

Ore 13,15-14,15 Pranzo

Ore 14.30 – 18.30

Prof. Alfonso Violino

- Teoria del movimento I presupposti della prestazione motoria
- Gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare
- L'apprendimento motorio in atletica leggera
- La formazione e lo sviluppo delle capacità motorie in atletica (condizionali e coordinative)
- Metodologia dell'insegnamento
- Orientamenti metodologici per i giovani
- La prestazione in atletica leggera: dalle abilità motorie alle abilità tecnico-sportive
- Principi generali dell'allenamento giovanile
- Metodi, organizzazione e programmazione dell'allenamento giovanile
- La valutazione in età giovanile: caratteristiche dei test motori e loro utilizzo

