



**La Scuola Regionale dello Sport CONI Puglia**  
organizza  
**Corso propedeutico di secondo livello per tecnici federali**

**Parte generale**

**Finalità:** Il corso intende fornire gli elementi fondamentali per la formazione di tecnici federali di II livello. In base a quanto stabilito dalle linee guida della Scuola centrale saranno approfondite nozioni per la parte generale mentre la parte specifica sarà a cura della rispettiva Federazione sportiva.

**Destinatari:** Il corso è rivolto a coloro che intendono conseguire la qualifica di Tecnici sportivi di 1° livello Federazioni: FIDAL, FIH e FISR.

**Date:** **15 – 16 e 22 giugno** 2019.

**Sede:** Gli incontri si svolgeranno presso la sede della Scuola Regionale dello Sport CONI Puglia - Stadio della Vittoria, Via Madonna della Rena, 13 Bari.

**Modalità di iscrizione:** Per l'iscrizione al corso è necessario contattare la Federazione di appartenenza. A tutti i partecipanti verrà rilasciato un attestato di partecipazione a cura della Scuola Regionale dello Sport del CONI Puglia.

**(Lezioni di metodologia dell'allenamento rivolto ai tecnici FISR, FIH e FIDAL)**

**Sabato 15 giugno 2019**

09.00 - 10.00	<b>Mobilità articolare:</b> definizione e principali metodi di sviluppo	Domenico ALTOMARE
10.00 - 11.00	<b>La Forza:</b> definizione - evoluzione - classificazioni - metodi di allenamento	Domenico ALTOMARE
11.00 - 11.15	<b>Pausa</b>	
11.15 - 13.15	<b>Preparazione fisica di base:</b> mezzi e metodi - elementi del Preatletismo Generale e Speciale. Esercitazioni pratiche per lo sviluppo degli schemi motori di base	Giuseppe NOIA
13.15 - 15.00	<b>Pausa pranzo</b>	
15.00 - 16.00	<b>Lo sviluppo motorio - le fasi sensibili:</b> Età biologica e cronologica; schemi motori di base, abilità motorie, tecniche sportive.	Cecilia COLONNA
16.00 - 17.00	<b>Il sistema delle capacità motorie:</b> organico muscolari (condizionali) e coordinative - cenni generali e il concetto di fasi sensibili	Cecilia COLONNA



## Domenica 16 giugno 2019

09.00-10.00	<b>Velocità e rapidità:</b> definizione - evoluzione - classificazioni - metodi di allenamento	DA DEFINIRE
10.00-11.00	<b>Resistenza:</b> definizione - evoluzione - classificazioni - metodi di allenamento	DA DEFINIRE
11.00 - 11.15	<i>Pausa</i>	
11.15-12.15	<b>Capacità coordinative:</b> definizione - evoluzione e classificazione - mezzi e metodi di sviluppo	Anna SIRRESSI
12.15-13.15	<b>Principi e concetti fondamentali dell'allenamento - Carico Fisico (interno / esterno)</b>	Anna SIRRESSI
13.15 - 15.00	<i>Pausa pranzo</i>	
15.00-17.00	<b>Periodizzazione dell'Allenamento:</b> Pianificazione e Programmazione	Domenico ALTOMARE

**(Lezioni di metodologia dell'insegnamento rivolto ai tecnici FIDAL, FIH)**

## Sabato 22 giugno 2019

09.00 - 10.00	Il profilo e le competenze didattiche e le responsabilità del tecnico di base	Anna SIRRESSI
10.00 - 11.00	Concetti e Principi generali sulla Metodologia dell'Insegnamento	Anna SIRRESSI
11.00 - 11.15	<i>Pausa</i>	
11.15 - 12.15	L'Osservazione e la valutazione dell'Insegnamento: funzioni e strumenti	Anna SIRRESSI
12.15 - 13.15	La Comunicazione e l'uso didattico: spiegare - dimostrare e correggere (introduzione)	DA DEFINIRE
13.15 - 15.00	<i>Pausa pranzo</i>	
15.00 - 16.00	La Programmazione didattica: cenni su obiettivi, valutazione, osservazione, progressione didattica	Antonio QUARTO
16.00 - 17.00	Gli obiettivi dell'insegnamento: le abilità tecniche - Cenni generali sulle tecniche.	Antonio QUARTO
17.00 - 17.15	<i>Pausa</i>	
17.15 - 18.15	Definizione e fasi dell'apprendimento; presupposti cognitivi	DA DEFINIRE
18.15 - 19.15	I processi motivazionali: percezione di competenza e ruolo del tecnico	DA DEFINIRE