

1a PARTE – GLI INSEGNAMENTI GENERALI ( 12 U.D.)	DATA	ORARIO	LUOGO	DOCENTE	
Saluti e apertura Corso Istruttori	05/07/2025	16:00 / 17:00	webinar	Presidente Regionale FIDAL Calabria Prof. Vincenzo Caira	15'
1° modulo: introduzione del corso (2 U.D.) L'organizzazione sportiva atletica	05/07/2025	16:00 / 17:00	webinar	ASA Vincenzo Caira	45'
Organizzazione delle gare	05/07/2025			ASA Giuseppe Pignata	1
Regolamenti e giurie per le categorie giovanili (a cura GGG)	05/07/2025	dalle ore18,00            alle ore 20:00	webinar	GGG	
Rapporti tecnico-giudice e salvaguardia dell'atleta					
Ruoli in campo					2
Indicazioni, reclami, primati					
Cenni sulle regole tecniche					
2° modulo: aspetti teorici dell'allenamento giovanile (3 U.D.)					
Gli ambiti delle capacità motorie di base e le abilità condizionali delle attività sportive: struttura delle azioni didattiche	12/07/2025	dalle ore 16,00 alle ore 18:00	webinar	Prof. Andrea Ferragina	
I fattori che influenzano e regolano la crescita Caratteristiche generali della crescita fisica - Periodi e standard della crescita: misure antropometriche	12/07/2025	dalle ore 18:00 alle ore 20:00	webinar	Dott. Mariano Ventra	2
Le basi anatomiche e fisiologiche					
Il funzionamento dei grandi apparati					4
La contrazione muscolare					
Il metabolismo energetico					
3° modulo: gli insegnamenti di base in atletica (4 U.D.)					
Teoria del movimento (1 U.D.)	19/07/2025	dalle ore 18:00 alle ore 20:00	webinar	ASA Salvatore Pisana	
I presupposti della prestazione motoria					
Gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare					2
L'apprendimento motorio in atletica leggera					
La formazione e lo sviluppo delle capacità motorie in atletica (condizionali e coordinative)					
Metodologia dell'insegnamento (1 U.D.)					
Metodi e stili di insegnamento	26/07/2025	dalle ore16,00            alle ore 18:00	webinar	ASA Emilio Curatola	2
L'utilizzo dei feed-back nell'insegnamento della tecnica					
L'organizzazione di una seduta di allenamento					
L'approccio all'atletica attraverso le prove multiple					
Metodi, organizzazione e programmazione dell'allenamento giovanile (cenni)	26/07/2025	dalle    ore18,00            alle    ore 20:00	webinar	ASA Luigi Barbarello	2
La valutazione in età giovanile: caratteristiche dei test motori e loro utilizzo (1 U.D. pratica)					
Totale ore webinar					16

TIROCINIO CON TUTOR DAL 01/09/2025					AL 30/09/2025		24
4° modulo: preparazione motoria di base (3 U.D.)							
Esercitazioni per la formazione delle abilità in atletica		Data da stabilire	dalle ore 16,00 alle ore 18,00	Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	ASA Emilio Curatola		
Esercitazioni per lo sviluppo dell'efficienza muscolare			dalle ore 18,00 alle ore 20,00			4	
2a PARTE – GLI INSEGNAMENTI PER GRUPPI DI SPECIALITA' ( 17 U.D.)							
5° modulo: tecnica e didattica delle specialità – La corsa e la marcia (7 U.D.)							
Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento		Data da stabilire	dalle ore16:00 alle ore 20:00	Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	ASA Scipione Pacenza		4
La corsa di resistenza							
La marcia							
Esercitazioni tecniche di base per la corsa							
5° modulo: tecnica e didattica delle specialità – I lanci (5 U.D.)							
Fattori generali comuni nei 4 lanci		Data da stabilire	dalle ore16:00 alle ore 20:00	Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	ASA Giuseppe Pignata		4
Cenni sulle esercitazioni di potenziamento per i lanci							
Aspetti tecnici e didattici dei lanci fretilinei (peso e giavellotto)							
Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento							
Fattori generali comuni nei 4 lanci		Data da stabilire	dalle ore16:00 alle ore 20:00	Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	ASA Giuseppe Pignata		4
Cenni sulle esercitazioni di potenziamento per i lanci							
Aspetti tecnici e didattici dei lanci rotatori (peso, disco e martello)							
Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento							
6° modulo: tecnica e didattica delle specialità – I salti (5 U.D.)							
Fattori generali comuni nei 4 salti		Data da stabilire	dalle ore16:00 alle ore 20:00	Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	ASA Luigi Barbarello		4
Aspetti tecnici e didattici dei salti in estensione							
Cenni sulle esercitazioni di potenziamento per i salti							
Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento							
Fattori generali comuni nei 4 salti		Data da stabilire	dalle ore16:00 alle ore 20:00	Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	ASA Luigi Barbarello		4
Aspetti tecnici e didattici dei salti in elevazione							
Cenni sulle esercitazioni di potenziamento per i salti							
Cenni sull'organizzazione dei mezzi dell'allenamento							

La corsa veloce	Data da stabilire	dalle ore 16:00            alle ore 20:00	Impianto A.L. Via	ASA EMilio Curatola	
Le staffette			G. Pinna -		4
Tecnica e didattica:					
Cenni sulle esercitazioni di potenziamento			Lamezia Terme		
La corsa ad ostacoli	Data da stabilire	DALLE ORE 16:00 ALLE ORE 20:00	Impianto A.L. Via	ASA Emilio Curatola	4
Tecnica e didattica:			G. Pinna -		
Cenni sulle esercitazioni di potenziamento			Lamezia Terme		
La corsa ad ostacoli			Impianto A.L. Via		4
Tecnica e didattica:	Data da stabilire	DALLE ORE 16:00 ALLE ORE 20:00	G. Pinna -	ASA Luigi Barbarello	
Cenni sulle esercitazioni di potenziamento			Lamezia Terme		
ESAMI: PROVA SCRITTA			Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	CAIRA - PIGNATA - CURATOLA -  BARBARELLO	8
ESAMI: COLLOQUIO FINALE			Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	CAIRA - PIGNATA - CURATOLA -  BARBARELLO	8
ESAMI: PRATICA			Impianto A.L. Via G. Pinna - Lamezia Terme	CAIRA - PIGNATA - CURATOLA -  BARBARELLO	8
				Totale ore lezioni	60