

# CORSO ISTRUTTORI 2025

## PROGRAMMA E CALENDARIO LEZIONI

### SEDE DI PIACENZA

#### Note utili

- Sede: Stadio di Atletica Leggera “Pino Dordoni” - Via E. Mattei 22 - 29121 Piacenza (PC)
- Nelle lezioni “di specialità” i corsisti sono tenuti a presentarsi in abbigliamento sportivo

#### **PARTE I – GLI INSEGNAMENTI GENERALI (TEORIA)**

<b>Organizzazione e regolamenti</b> <i>Elisa Grandi</i>	Organizzazione delle gare Regolamenti e giuria in campo Rapporti tecnico-giudice e salvaguardia dell'atleta Indicazioni, reclami, primati	<b>10/02/2025</b> 19:00-23:00 <i>Online</i>
<b>Organizzazione dell'allenamento giovanile</b> <b>La marcia</b> <i>Luca Montoleone</i>	Principi generali dell'allenamento giovanile L'organizzazione di una seduta di allenamento Tecnica e didattica della specialità Organizzazione dei mezzi di allenamento	<b>13/02/2025</b> 19:00-23:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>Basi anatomiche e fisiologiche</b> <i>Marco Di Maggio</i>	Le cellule e i tessuti: nutrizione e respirazione cellulare, ruolo del sangue Il funzionamento dei grandi apparati e il concetto di metabolismo Meccanica dell'apparato locomotore e contrazione muscolare Alimentazione e idratazione (cenni)	<b>18/02/2025</b> 19:00-23:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>Impostazione dell'attività giovanile</b> <i>Mirco Tonioli</i>	L'approccio all'atletica: multilateralità e multidisciplinarietà Metodi, organizzazione e programmazione dell'allenamento giovanile (cenni) L'utilizzo dei feed-back nell'insegnamento della tecnica La valutazione in età giovanile: test motori e loro utilizzo	<b>20/02/2025</b> 19:00-23:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>Teoria del movimento e metodologia dell'insegnamento</b> <i>Marco Di Maggio</i>	I presupposti della prestazione motoria Gli schemi motori di base La formazione e lo sviluppo delle capacità motorie in atletica Metodi e stili di insegnamento Gli aspetti propedeutici e la didattica	<b>24/02/2025</b> 19:00-23:00 <i>Campo Dordoni</i>



## **PARTE 2 – GLI INSEGNAMENTI PER SPECIALITA' (TEORIA E PRATICA)**

<b>Le corse di resistenza – parte I</b> <i>Carlo Uberto e collaboratori</i>	Presupposti biomeccanici e fisiologici Tecnica e didattica delle specialità Organizzazione dei mezzi di allenamento	<b>27/02/2025</b> 21:00-23:00 <i>Online</i>
<b>Le corse di resistenza – parte 2</b> <i>Carlo Uberto e collaboratori</i>	Presupposti biomeccanici e fisiologici Tecnica e didattica delle specialità Organizzazione dei mezzi di allenamento	<b>03/03/2025</b> 21:00-23:00 <i>Online</i>
<b>I lanci e le prove multiple: introduzione generale</b> <i>Massimo Piovaticci</i>	Presupposti biomeccanici e fisiologici Fattori generali comuni alle discipline Elementi di tecnica delle specialità Organizzazione dei mezzi di allenamento	<b>10/03/2025</b> 19:00-23:00 <i>Online</i>
<b>I salti: introduzione generale</b> <i>Marco Di Maggio</i>	Presupposti biomeccanici e fisiologici Fattori generali comuni alle discipline Elementi di tecnica delle specialità	<b>12/03/2025</b> 19:00-23:00 <i>Online</i>
<b>Le corse veloci e con ostacoli: teoria</b> <i>Mirco Tonioli</i>	Presupposti biomeccanici e fisiologici Fattori generali comuni alle discipline Tecnica e didattica delle specialità Organizzazione dei mezzi di allenamento	<b>13/03/2025</b> 19:00-23:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>I salti in elevazione: teoria</b> <i>Giuliano Corradi</i>	Presupposti biomeccanici e fisiologici Tecnica e didattica delle specialità Organizzazione dei mezzi di allenamento	<b>17/03/2025</b> 21:00-23:00 <i>Online</i>
<b>Le corse veloci e con ostacoli: pratica</b> <i>Loredana Riccardi - Stefano Cometti</i>	Tecnica e didattica delle specialità Esercitazioni tecniche generali e specifiche Osservazione e correzione degli errori: esempi pratici	<b>23/03/2025</b> 9:00-13:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>I lanci rettilinei: peso e giavellotto</b> <i>Luca Coscelli</i>	Tecnica e didattica delle specialità Esercitazioni tecniche generali e specifiche Osservazione e correzione degli errori: esempi pratici	<b>23/03/2025</b> 14:00-18:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>I salti in elevazione: pratica</b> <i>Giuliano Corradi - Matteo Rubbiani</i>	Esercitazioni generali propedeutiche alle discipline Esercitazioni tecniche specifiche Osservazione e correzione degli errori: esempi pratici	<b>27/03/2025</b> 19:00-23:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>I lanci rotatori: disco e martello</b> <i>Luca Coscelli</i>	Tecnica e didattica delle specialità Esercitazioni tecniche generali e specifiche Osservazione e correzione degli errori: esempi pratici	<b>06/04/2025</b> 9:00-13:00 <i>Campo Dordoni</i>
<b>I salti in estensione: pratica</b> <i>Gabriele Obino</i>	Tecnica e didattica delle specialità Esercitazioni tecniche generali e specifiche Osservazione e correzione degli errori: esempi pratici	<b>06/04/2025</b> 14:00-18:00 <i>Campo Dordoni</i>

