

**Programma Corso Aspirante tecnico
domenica 20/11/2022 - domenica 27/11/2022**

dom. 20/11/2022

09,00 - 13,00 1° incontro
14,00 - 18,00 2° Incontro

dom. 27/11/2022

09,00 - 13,00 3° incontro
14,00 - 18,00 4° Incontro

Programma delle lezioni: **2 crediti – 16 h (4 U.D.) 4 incontri**

Nuovo pre-corso Istruttori (Aspirante Tecnico)			slide
1	Elementi di organizzazione sportiva e federale	1	
2	Le specialità dell'Atletica Leggera, il campo, la pista, gli attrezzi e i record Attività giovanile: le distanze e gli attrezzi	3	60
3	Filosofia del Coaching	1	23
4a	Introduzione all'anatomia		17
4b	Introduzione alla Fisiologia	3	18
4c	Crescita e sviluppo per primo livello		31
5	Le capacità motorie e le motivazioni allo sport Coordinazione e apprendimento della tecnica	3	28
6	Sviluppo della 'Fitness'	1	17
7	Il talento	2	24
8a	Kids' Athletics per corso animatore		36
8b	Utilizzo attrezzi	2	17
		16	