

## Corso Propedeutico 2° Livello per Tecnici (Allenatori)

1 – 6 dicembre 2020

Piattaforma Teams di Microsoft

<b>Martedì 1 dicembre</b>	<b>METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO</b>	
Ore 15.00 – 18.00	<b>Le competenze pedagogiche del tecnico – La comunicazione</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il profilo e le competenze didattiche e le responsabilità del tecnico di base</li> <li>- Concetti e principi generali sulla metodologia dell'insegnamento: funzioni e strumenti</li> <li>- L'osservazione e la valutazione nell'insegnamento: funzioni e strumenti</li> <li>- I processi motivazionali: percezione di competenze e ruolo tecnico</li> <li>- La comunicazione e l'uso didattico: spiegare, dimostrare, correggere (introduzione)</li> </ul>	<i>Claudio Mantovani</i>
<b>Mercoledì 2 dicembre</b>	<b>METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO</b>	
Ore 15.00 – 17.00	<b>La prestazione motorio – sportiva</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le basi anatomiche e fisiologiche del movimento: cenni generali su organi, funzioni e apparati</li> <li>- Fattori della prestazione sportiva (Strutturali/funzionali): il concetto di "modello" (generalità)</li> </ul>	<i>Lorenzo Pugliese</i>
<b>Giovedì 3 dicembre</b>	<b>METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO</b>	
Ore 15.00 – 18.00	<b>Il processo insegnamento – Apprendimento</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprendimento: presupposti cognitivi e fasi di sviluppo</li> <li>- La programmazione didattica (cenni su: obiettivi, valutazione, osservazione, progressione didattica)</li> <li>- Gli obiettivi dell'insegnamento: le abilità tecniche – cenni generali sulle tecniche</li> </ul>	<i>Laura Bortoli</i>
<b>Venerdì 4 dicembre</b>	<b>METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO</b>	
Ore 15.00 – 18.00	<b>Le capacità motorie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lo sviluppo motorio – schemi motori di base, abilità motorie, capacità motorie - le fasi sensibili</li> <li>- Capacità coordinative: definizione, classificazione ed evoluzione; metodi di sviluppo e valutazione</li> <li>- Il rapporto coordinazione/tecnica</li> </ul>	<i>Giorgio Carbonaro</i>
<b>Sabato 5 dicembre</b>	<b>METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO</b>	
Ore 14.00 – 17.00	<b>Le capacità condizionali e la mobilità articolare</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mobilità articolare: definizione e principali metodi di sviluppo</li> <li>- La forza: definizione, evoluzione, classificazioni e metodi di allenamento</li> <li>- Velocità e rapidità: definizione, evoluzione, classificazione; metodi di sviluppo</li> </ul>	<i>Lorenzo Pugliese</i>

Ore 17.00 – 19.00	<b>Il carico fisico</b> Preparazione fisica di base: elementi del preatletismo generale e del preatletismo speciale	<i>Claudio Mazzaufò</i>
<b>Domenica 6 dicembre</b>	<b>METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO</b>	
Ore 15.00 – 17.00	<b>Le capacità motorie</b> Resistenza: definizione, evoluzione, classificazione e metodi di allenamento	<i>Luca Filipas</i>
Ore 17.00 – 19.00	<b>Il carico fisico</b> Principi e concetti fondamentali dell'allenamento – Carico fisico (interno/esterno)	<i>Luca Filipas</i>

#### NOTE DEI RELATORI

<b>Claudio Mantovani</b>	<i>Docente Scuola dello Sport di Sport e salute in Metodologia dell'Insegnamento, Referente Scientifico Area Tecnica Scuola dello Sport</i>
<b>Laura Bortoli</b>	<i>Docente Scuola dello Sport - Metodologia dell'insegnamento – Università di Chieti</i>
<b>Lorenzo Pugliese</b>	<i>Preparatore fisico delle Squadre Nazionali di Badminton, Dottore di Ricerca in Scienze dello Sport – Università di Milano</i>
<b>Giorgio Carbonaro</b>	<i>Docente della Scuola dello Sport specializzato in Metodologia dell'Allenamento, Direttore Editoriale Atletica Studi</i>
<b>Luca Filipas</b>	<i>Assegnista di Ricerca Scuola Scienze Motorie, Università degli Studi di Milano, PhD in Scienza dello Sport</i>
<b>Claudio Mazzaufò</b>	<i>Insegnante di Educazione Fisica - Allenatore specialista FIDAL per i salti in estensione, Docente dei corsi per tecnici federali</i>