

CORSO ASPIRANTE TECNICO FIDAL CALABRIA
Programma didattico giugno 2021
PRECORSO

Data	Orario	Argomento	Docenti	Luogo	Tempo
Sabato 05/06/2021	16.00 20.00	- Introduzione al corso; - Presentazione candidati; - Elementi di organizzazione sportiva federale; - I tre livelli delle qualifiche federali e gli ambiti di riferimento; - Le specialità dell'atletica leggera; - Attività giovanile: distanze e attrezzi; - Punti di forza e debolezze dei contenuti dell'attività di atletica del settore promozionale.	FTR Maurizio Leone Docenti Struttura Tecnica Regionale GGG	Campo "A. Penna" Reggio Calabria	4h
Martedì 08/06/2021	19.00 22.00	- Filosofia del Coaching; ✓ Sport giovanile e rapporto con le famiglie; ✓ L'etica nello sport.	FTR Maurizio Leone	Webinar	3h
Giovedì 10/06/2021	19.00 22.00	- Introduzione all'anatomia; - Introduzione alla Fisiologia; - Crescita e sviluppo.	Prof. Andrea Ferragina	Webinar	3h
Giovedì 17/06/2021	19.00 22.00	- Le capacità motorie e le motivazioni allo sport; - Coordinazione e apprendimento della tecnica;	Prof. Francesco Antonio Raneri	Webinar	3h
Martedì 22/06/2021	19.00 22.00	- Il Talento; - Kids Athletics; - Utilizzo degli attrezzi; - Question time di fine precorso.	FTR Maurizio Leone	Webinar	3h

CORSO PER ISTRUTTORI DI ATLETICA LEGGERA
Programma didattico settembre-ottobre-novembre 2021
1^ PARTE - GLI INSEGNAMENTI GENERALI

1° modulo: introduzione al corso					
Data	Orario	Argomento	Docenti	Luogo	Tempo
Giovedì 02/09/2021	19.00 22.00	- Apertura ufficiale; - Regolamenti e giurie per le categorie giovanili: ✓ Rapporto tecnico - giudice; ✓ Ruoli in campo; ✓ Indicazioni, reclami, primati; ✓ Cenni sulle regole tecniche;	FTR Maurizio Leone GGG Giulio Tetto	Webinar	3h

2° modulo: aspetti teorici dell'allenamento giovanile

Data	Orario	Argomento	Docenti	Luogo	Tempo
Martedì 07/09/2021	19.30 22.00	<p>- Le basi anatomiche e fisiologiche:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Il funzionamento dei grandi apparati; ✓ La contrazione muscolare; ✓ Il metabolismo energetico; 	Prof. Andrea Ferragina	Webinar	2h 30'
Giovedì 09/09/2021	19.30 22.00	<p>- Caratteristiche generali della crescita fisica:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ I fattori che influenzano e regolano la crescita; ✓ Periodi standard della crescita: misure antropometriche; ✓ Principi relativi all'acquisizione e all'applicazione degli elementi tecnici (coordinativi) e tattici (aspetti cognitivi), modalità di intervento. 	Prof. Andrea Ferragina	Webinar	2h 30'
Martedì 14/09/2021	19.00 22.00	<p>- Caratteristiche Psicologiche nei giovani:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Motivazione e personalità; ✓ Il ruolo del gioco; ✓ Abbandono precoce ✓ Relazione istruttore - allievo; ✓ Proposte relative ad attività di squadra funzionali all'avviamento alla disciplina con obiettivi di socializzazione, motivazione, fidelizzazione. 	FTR Maurizio Leone	Webinar	3h

3° modulo: gli insegnamenti di base in atletica					
Giovedì 16/09/2021	19.00 22.00	<p>- Teoria del movimento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ I presupposti della prestazione motoria; ✓ Gli schemi motori di base: camminare, correre, saltare, lanciare; ✓ L'apprendimento motorio in atletica leggera; ✓ La formazione e lo sviluppo delle capacità motorie in atletica (condizionali e coordinative). 	Prof. Francesco Antonio Raneri	Webinar	3h
Martedì 21/09/2021	19.00 22.00	<p>- Metodologia dell'insegnamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Metodi e stili di insegnamento; ✓ L'utilizzo dei feed-back nell'insegnamento della tecnica; ✓ La prestazione in atletica leggera: dalle abilità motorie alle abilità tecnico sportive. 	FTR Maurizio Leone	Webinar	3h
Giovedì 23/09/2021	19.00 22.00	<p>- Orientamenti metodologici per i giovani:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Principi generali dell'allenamento giovanile; ✓ Metodi, organizzazione e programmazione dell'allenamento giovanile (cenni); ✓ Metodiche di intervento specifiche dell'attività giovanile; ✓ L'approccio dell'atletica attraverso le prove multiple; ✓ La valutazione in età giovanile: caratteristiche dei test motori e loro utilizzo. 	Prof. Cosimo Santarcangelo	Webinar	3h

4° modulo: preparazione motoria di base					
Sabato 25/09/2021	09.30 13.30	- Sviluppo dell'efficienza muscolare: ✓ Esempi di esercitazioni con sovraccarichi; ✓ Esempi di esercitazioni a carico naturale.	Prof. Luca Grandinetti	Camposcuola Cosenza	4h

2^ PARTE - GLI INSEGNAMENTI PER GRUPPI DI SPECIALITA'

5° modulo: tecnica e didattica delle specialità					
La corsa e la marcia					
Sabato 25/09/2021	15.00-19.00	- Velocità e Ostacoli: ✓ Fattori generali comuni alle discipline; ✓ Tecnica e didattica delle corse veloci; ✓ Tecnica e didattica delle corse con ostacoli; ✓ L'organizzazione di una seduta di allenamento ; ✓ Formazione delle abilità in atletica: esempi di esercitazioni e attività propedeutiche.	Prof. Luca Grandinetti Tiziana Chiricosta	Camposcuola Cosenza	4h
Domenica 26/09/2021	9.00 - 13.00	✓ Tecnica e didattica delle staffette; ✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento; ✓ Cenni sulle esercitazioni di potenziamento; ✓ Cenni sulle regole tecniche.	Prof. Luca Grandinetti Tiziana Chiricosta GGG	Camposcuola Cosenza	4h

Martedì 28/09/2021	20.00-22.00	<ul style="list-style-type: none"> - La marcia: ✓ Tecnica e didattica; ✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento; ✓ Cenni sulle esercitazioni di potenziamento. 	Orazio Romanzi	Webinar	2h
Giovedì 30/09/2021	20.00-22.00	<ul style="list-style-type: none"> - La corsa di resistenza: ✓ Tecnica e didattica; ✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento; ✓ Cenni sulle esercitazioni di potenziamento. 	FTR Maurizio Leone	Webinar	2h
Sabato 09/10/2021	15.30-18.30	<ul style="list-style-type: none"> - Mezzofondo e marcia: ✓ Le esercitazioni ritmiche per la corsa; ✓ Le esercitazioni tecniche della marcia: dimostrazioni e prove; ✓ Le esercitazioni di potenziamento per le discipline idonee alle fasce giovanili; ✓ Cenni sulle regole tecniche. 	FTR Maurizio Leone GGG Prof. Antonio Ferro Felice Scotto Giuseppe Scordo	Campo "P.Mennea" Catanzaro	3h

6° modulo: tecnica e didattica delle specialità**I salti**

Sabato 16/10/2021	14.30-18.30	<ul style="list-style-type: none">✓ Fattori generali comuni nei 4 salti;✓ Tecnica e didattica del salto in lungo;✓ Tecnica e didattica del salto triplo;✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento;✓ Cenni sulle esercitazioni di potenziamento;✓ Cenni sulle regole tecniche nei 4 salti.	Prof. Vincenzo Scipione GGG	Camposcuola Cosenza	4h
Domenica 17/10/2021	9.30 - 13.30	<ul style="list-style-type: none">✓ Tecnica e didattica del salto in alto;✓ Tecnica e didattica del salto con l'asta;✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento;✓ Cenni sulle esercitazioni di potenziamento.	Gianni Bayram	Camposcuola Cosenza	4h

7° modulo: tecnica e didattica delle specialità**I lanci**

Martedì 19/10/2021	20.00-22.00	<ul style="list-style-type: none">✓ Fattori generali comuni nei 4 lanci;✓ Tecnica e didattica del lancio del giavellotto;✓ Tecnica e didattica del getto del peso;✓ Tecnica e didattica del lancio del martello;✓ Tecnica e didattica del lancio del disco;✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento.	Prof. Francesco Antonio Raneri	Webinar	2h
Sabato 23/10/2021	15.00-19.00	<ul style="list-style-type: none">✓ Tecnica e didattica del lancio del giavellotto;✓ Tecnica e didattica del getto del peso;✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento;✓ Cenni sulle esercitazioni di potenziamento;✓ Cenni sulle regole tecniche dei 4 lanci.	Prof. Francesco Antonio Raneri GGG	Campo "A. Penna" Reggio Calabria	4h

Domenica 24/10/2021	9.30-13.30	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tecnica e didattica del lancio del martello; ✓ Tecnica e didattica del lancio del disco; ✓ Organizzazione dei mezzi di allenamento; ✓ Cenni sulle esercitazioni di potenziamento. 	Prof. Domenico Pizzimenti	Campo "A. Penna" Reggio Calabria	4h
------------------------	------------	--	------------------------------	--	----

Esame Conclusivo

Esame Conclusivo					
Sabato 20/11/2021	15.00-16.00	ESAME SCRITTO.	COMMISSIONE	Camposcuola Cosenza	3h
	16.00-18.00	ESAME ORALE + PROVA PRATICA			