

Corso Propedeutico 2° Livello per Tecnici (Allenatori)

9 - 14 ottobre 2023

Piattaforma Teams di Microsoft

Lunedì 9 ottobre	METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO	
Ore 18.00 – 21.00	Le competenze pedagogiche del tecnico – La comunicazione <ul style="list-style-type: none"> - Il profilo, le competenze didattiche e le responsabilità del tecnico di base - Concetti e principi generali sulla metodologia dell'insegnamento: funzioni e strumenti - L'osservazione e la valutazione nell'insegnamento: funzioni e strumenti - I processi motivazionali: percezione di competenze e ruolo tecnico - La comunicazione e l'uso didattico: spiegare, dimostrare, correggere (introduzione) 	
Martedì 10 ottobre	METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	
Ore 18.00 – 20.00	La prestazione motorio – sportiva <ul style="list-style-type: none"> - Le basi anatomiche e fisiologiche del movimento: cenni generali su organi, funzioni e apparati - Fattori della prestazione sportiva (strutturali/funzionali): il concetto di "modello" (generalità) 	
Mercoledì 11 ottobre	METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO	
Ore 18.00 – 21.00	Il processo insegnamento – Apprendimento <ul style="list-style-type: none"> - Apprendimento: presupposti cognitivi e fasi di sviluppo - La programmazione didattica (cenni su: obiettivi, valutazione, osservazione, progressione didattica) - Gli obiettivi dell'insegnamento: le abilità tecniche – cenni generali sulle tecniche 	
Giovedì 12 ottobre	METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	
Ore 18.00 – 21.00	Le capacità motorie <ul style="list-style-type: none"> - Lo sviluppo motorio – schemi motori di base, abilità motorie, capacità motorie - le fasi sensibili - Capacità coordinative: definizione, classificazione ed evoluzione; metodi di sviluppo e valutazione - Il rapporto coordinazione/tecnica 	
Venerdì 13 ottobre	METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	
Ore 17.00 – 20.00	Le capacità condizionali e la mobilità articolare <ul style="list-style-type: none"> - Mobilità articolare: definizione e principali metodi di sviluppo - La forza: definizione, evoluzione, classificazioni e metodi di allenamento - Velocità e rapidità: definizione, evoluzione, classificazione; metodi di sviluppo 	

Ore 20.00 – 22.00	Il carico fisico Preparazione fisica di base: elementi del preatletismo generale e del preatletismo speciale	
Sabato 14 ottobre	METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO	
Ore 16.00 – 18.00	Le capacità condizionali Resistenza: definizione, evoluzione, classificazione e metodi di allenamento	
Ore 18.00 – 20.00	Il carico fisico Principi e concetti fondamentali dell'allenamento – Carico fisico (interno/esterno)	

NB: il programma orario potrebbe subire variazioni causa esigenze organizzative
