

n. 84 – del 05/09/2019

Rif. CR

CORSO PROPEDEUTICO E ISTRUTTORE DI BASE 2019

Orari corso Propedeutico

07/09 ore 9-13 / 14-18 Prof.ssa Elisabetta Lucchini

08/09 ore 9-13 / 14-18 Prof.ssa Elisabetta Lucchini

21/09 ore 9-13 Prof.ssa Elisabetta Lucchini

21/09 ore 14-18 Dott.ssa Adriana Lombardi

Argomenti trattati

Metodologia dell'Insegnamento – SRdS CONI Lombardia 07/09

Le competenze pedagogiche del tecnico.

Docente: Metodologo (Prof.ssa Lucchini)

Il profilo e le competenze didattiche del tecnico.

I compiti e le responsabilità del tecnico.

Concetti e principi generali sulla metodologia dell'insegnamento.

Il ruolo dell'insegnante come facilitatore e il rapporto didattico.

Gli obiettivi dell'insegnamento (Le abilità tecniche: cenni generali sulle tecniche).

Il processo insegnamento – apprendimento.

Docente: Metodologo (Prof.ssa Lucchini)

Definizione di apprendimento e presupposti cognitivi.

Le fasi dell'apprendimento.

La programmazione didattica (cenni sugli elementi principali: obiettivi, valutazione, osservazione, progressione didattica).

Metodologia dell'Allenamento - SRdS CONI Lombardia 08/09

Le basi della prestazione e la progettazione e valutazione dell'allenamento sportivo.

Docente: Metodologo (Prof.ssa Lucchini)

Fattori della prestazione sportiva (strutturali e funzionali).

Le basi anatomiche e fisiologiche del movimento: cenni generali su organi e apparati.

Analisi del concetto di "modello di prestazione" (aspetti generali).

Classificazione delle attività sportive:

- dal punto di vista energetico;
- prevedibilità ambientale;
- impegno motorio e cognitivo;

Concetti e definizioni generali di all. carico fisico interno e esterno.

Sviluppo motorio e capacità coordinative

Docente: Metodologo (Prof.ssa Lucchini)

Lo sviluppo motorio. Età biologica ed età cronologica.

Definizione di schemi motori di base, abilità motorie, tecniche sportive.

Mezzi e metodi per lo sviluppo motorio di base.

Analisi delle problematiche specifiche dell'allenamento giovanile; prevenzione e correzione dei comportamenti motori "scorretti" e degli errori esecutivi riferiti alle principali abilità.

Metodologia dell'Allenamento - SRdS CONI Lombardia 21/09

La mobilità articolare

Docente: Metodologo (Prof.ssa Lucchini)

Definizione della mobilità articolare.

L'importanza della mobilità articolare nei diversi sport.

Principali metodi di allenamento della mobilità articolare.

La forza e la velocità-rapidità

Docente: Metodologo (Prof.ssa Lucchini)

Definizione della forza e classificazioni: forza massima, veloce, resistente; forza attiva e reattiva. Velocità e rapidità.

Preatletismo generale e preatletismo speciale

La resistenza

Docente: Metodologo (Prof.ssa Lucchini)

Definizione generale di resistenza

Classificazione della resistenza

Come osservare atleti e squadre

Docente: Psicologo (Dott.ssa Lombardi)

L'osservazione e la valutazione nell'insegnamento; funzioni e strumenti

Come motivare gli atleti

Docente: Psicologo (Dott.ssa Lombardi)

La personalità: definizione, concetti di sviluppo e maturazione

I processi motivazionali: percezione di competenza e ruolo del tecnico

Come comunicare efficacemente

Docente: Psicologo (Dott.ssa Lombardi)

Significato di comunicazione

L'uso didattico della comunicazione: spiegare, dimostrare, correggere (introd.)

Metodologia dell'Insegnamento dell'Allenamento

24 ore

Test finale da definire come orario.

Formazione tecnico/pratica - CRL FISR Lombardia

Metodologia

Elementi di Fisiologia

Elementi di Psicopedagogia

Sperimentazione diretta delle tecniche

Tirocinio didattico

Totale ore Formazione tecnico/pratica, test e prova pratica

24 ore

Comitato Regionale Lombardia

Il Presidente

Guido De Vito

05.09.2019