

Bologna, 9 ottobre 2006

**Comunicato n.22**

Prot.277/2006

**Alle Società  
Ai Comitati Provinciali FIDAL  
Ai Fiduciari Tecnici Prov.li**

Oggetto: **CORSO REGIONALE DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI  
SASSO MARCONI (BO)  
CALENDARIO LEZIONI**

Si trasmette, in allegato, il calendario delle lezioni relative al corso in oggetto, che si svolgeranno a Sasso Marconi (Bo) presso:

1. Sala Pubblica Assistenza – Via San Lorenzo 4
2. Palestra Cà de Testi – Centro Sportivo "G.Carbonchi"

**TIROCINIO:**

Dal 21 gennaio al 28 febbraio i candidati dovranno partecipare con compiti di giuria-organizzazione-collaborazione a due manifestazioni agonistiche provinciali o regionali inserite nei calendari ufficiali.

**ESAMI:**

Nel mese di marzo sono previsti gli esami scritto e teorico-pratico

L'occasione è gradita per porgere i più cordiali saluti.

Il Fiduciario Tecnico Regionale  
Stefano Ruggeri

## PROGRAMMA

<b>DATE</b>	<b>ORARIO</b>	<b>SEDE</b>	<b>ARGOMENTO</b>
Venerdì <b>10.11</b>	19.30 23.30	1	<p>Accredito partecipanti – apertura del corso – notizie utili</p> <p><b>CARATTERISTICHE GENERALI DELLA CRESCITA FISICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• I fattori che influenzano e regolano la crescita</li> <li>• periodi e standard della crescita</li> <li>• diagnosi delle misure antropometriche</li> </ul>
Mercoledì <b>15.11</b>	19.30 23.30	1	<p><b>LE BASI ANATOMICHE E FISILOGICHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• il funzionamento dei grandi apparati</li> <li>• la contrazione muscolare</li> <li>• il metabolismo energetico</li> </ul> <p><b>CARATTERISTICHE PSICOLOGICHE NEI GIOVANI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motivazione e personalità</li> <li>• il ruolo del gioco</li> <li>• abbandono precoce</li> <li>• relazione istruttore-allievo</li> </ul>
Martedì <b>21.11</b>	19.30 23.30	1	<p><b>TEORIA DEL MOVIMENTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• i presupposti della prestazione motoria</li> <li>• il consolidamento degli schemi motori di base</li> <li>• la formazione delle capacità motorie in atletica</li> <li>• lo sviluppo delle capacità condizionali: forza, resistenza e velocità</li> <li>• le capacità coordinative: caratteristiche e sviluppo</li> </ul> <p><b>METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• l'apprendimento: dalle abilità motorie alle abilità tecnico-sportive</li> <li>• metodi e stili di insegnamento</li> <li>• la tecnica: feed-back e correzione degli errori</li> <li>• l'organizzazione di una seduta di allenamento</li> </ul>
Venerdì <b>24.11</b>	19.30 23.30	1	<p><b>ORIENTAMENTI METODOLOGICI NEI GIOVANI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la prestazione in atletica leggera: le caratteristiche delle specialità</li> <li>• principi generali dell'allenamento giovanile: la multilateralità</li> <li>• l'approccio all'atletica attraverso le prove multiple</li> <li>• mezzi e metodi dell'allenamento</li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> <li>• la valutazione in età giovanile: caratteristiche dei test motori, rilevamento dei dati e norme di riferimento</li> </ul>
Martedì <b>28.11</b>	19.30 23.30	2	<p><b>L'ORGANIZZAZIONE SPORTIVA ATLETICA</b>  <b>L'ATTIVITA' PROZIONALE SPORTIVA SCOLASTICA E FEDERALE</b>  <b>LE ATTIVITA' DIDATTICHE PER LA PROMOZIONE</b>  <b>DELL'ATLETICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica</li> <li>• progetti speciali: kids' athletics (iaaf)</li> <li>• progetti speciali: game-land</li> </ul>
Sabato <b>02.12</b>	14.30 18.30	2	<p><b>L'ORGANIZZAZIONE SPORTIVA ATLETICA</b>  <b>L'ATTIVITA' PROZIONALE SPORTIVA SCOLASTICA E FEDERALE</b>  <b>LE ATTIVITA' DIDATTICHE PER LA PROMOZIONE</b>  <b>DELL'ATLETICA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica</li> <li>• progetti speciali: kids' athletics (iaaf)</li> <li>• progetti speciali: game-land</li> </ul>

Domenica <b>03.12</b>	9.00 13.00	2	<b>LA CORSA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base della corsa</li> <li>• esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di corsa</li> <li>• <b>la corsa veloce:</b> tecnica e didattica</li> <li>• <b>le staffette:</b> tecnica e didattica</li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul>
Domenica <b>03.12</b>	14.30 18.30	2	<b>LA CORSA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base della corsa</li> <li>• esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di corsa</li> <li>• <b>la corsa di resistenza:</b> tecnica, didattica ed esercitazioni</li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul>
Martedì <b>12.12</b>	19.30 23.30	2	<b>LA CORSA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base della corsa</li> <li>• esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di corsa</li> <li>• <b>la corsa ad ostacoli:</b> tecnica e didattica</li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul>
Martedì <b>19.12</b>	19.30 23.30	2	<b>I SALTI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base dei salti in estensione</li> <li>• esercitazioni della forza rapida nei salti</li> <li>• aspetti didattici del <b>salto in lungo e salto triplo</b></li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul>
Martedì <b>09.01</b>	19.30 23.30	2	<b>I SALTI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base dei salti in elevazione</li> <li>• esercitazioni della forza rapida nei salti</li> <li>• aspetti didattici del <b>salto in alto e salto con l'asta</b></li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul>
Sabato <b>13.01</b>	14.30 18.30	2	<b>I LANCI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base nei lanci rotatori</li> <li>• esercitazioni della forza rapida nei lanci rotatori</li> <li>• aspetti didattici del <b>lancio del martello e lancio del disco</b></li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul>
Martedì <b>16.01</b>	19.30 23.30	2	<b>I LANCI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base nei lanci</li> <li>• esercitazioni della forza rapida nei lanci</li> <li>• aspetti didattici del <b>getto del peso e lancio del giavellotto</b></li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul>
Sabato <b>20.01</b>	14.30 18.30	2	<b>LA MARCIA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elementi della tecnica di base nella marcia</li> <li>• esercitazioni della forza nella marcia</li> <li>• aspetti didattici della marcia</li> <li>• organizzazione e programmazione dell'allenamento</li> </ul> <b>VALUTAZIONE IN ETA' GIOVANILE: TEST MOTORI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• somministrazione di una batteria di test</li> </ul>