

# Metodologia dell'insegnamento e dell'allenamento

Corso per Tecnici Sportivi di Base



## FINALITÀ:

Recependo le indicazioni della Scuola Nazionale dello Sport i corsi per tecnici di base - educatori e tecnici sportivi saranno strutturati su quella che viene chiamata "formazione trasversale" che si sviluppa su due moduli distinti: il primo "metodologia dell'insegnamento" ed il secondo "metodologia dell'allenamento".

L'attestato rilasciato alla fine del corso sarà documento utile per potersi inserire nei percorsi di formazione delle Federazioni Sportive Nazionali, delle Discipline Sportive Associate e degli Enti di Promozione Sportiva che condivideranno il percorso, in linea con la quantificazione crediti SNaQ.

Il corso è organizzato in collaborazione con il CONI Point di Bergamo



## DESTINATARI

Aspiranti tecnici Sportivi delle ASD e SSD della provincia di Bergamo. E' prevista una quota di 40€ da versare al CR CONI Lombardia dopo la ricezione della mail di conferma (che verrà inviata dopo la chiusura delle iscrizioni)



## ISCRIZIONI

**Entro il 12 ottobre** o al raggiungimento del numero massimo di iscritti previsto (40). Per iscriversi è necessario registrarsi sul sito del CONI Lombardia SRdS <http://lombardia.coni.it/lombardia/scuola-regionale.html> ed effettuare l'iscrizione



## SEDE E CONTATTI

SEDE DEL CORSO: Casa dello Sport - Via M. Gleno, 2/L - BERGAMO  
Coordinatore del Corso:  
**Giulio Boselli**  
per informazioni contattare:  
**CONI Point Bergamo**  
tel. 035 239477  
mail to: [bergamo@coni.it](mailto:bergamo@coni.it)

## NOTE:

- Durante le lezioni pratiche è necessario presentarsi con abbigliamento adeguato; le lezioni pratiche si svolgeranno presso il Centro Sportivo di Gorle, Via Roma, 2 - 24020 GORLE (BG) -
- Per conseguire l'attestato di partecipazione è necessario presenziare all'80% delle lezioni -
- Il Comitato Regionale CONI Lombardia declina ogni responsabilità per quanto possa accadere prima, durante e dopo ai partecipanti, terzi e cose preendenti parte all'iniziativa -

## PROGRAMMA

### Metodologia dell'insegnamento

14/10/2017	9.00 - 12.00	Saluti istituzionali e apertura dei lavori - <b>LARA MAGONI</b> Delegato CONI Point Bergamo L'età biologica e l'età cronologica - <b>Prof.ssa ELISABETTA LUCCHINI</b> Le competenze pedagogiche del tecnico - <b>Prof.ssa ELISABETTA LUCCHINI</b>
14/10/2017	14.00 - 17.00	Il processo insegnamento - apprendimento - <b>Prof.ssa ELISABETTA LUCCHINI</b> Come osservare atleti e squadre - <b>Prof.ssa ELISABETTA LUCCHINI</b>
21/10/2017	9.00 - 12.00	Come motivare gli atleti - <b>Dott.ssa ADRIANA LOMBARDI</b>
21/10/2017	14.00 - 17.00	Come comunicare efficacemente - <b>Dott.ssa ADRIANA LOMBARDI</b>
28/10/2017	9.00 - 13.00	Laboratorio in palestra - <b>Prof.ssa ELISABETTA LUCCHINI</b>

### Metodologia dell'allenamento

04/11/2017	9.00 - 12.00	Le basi della prestazione, la progettazione e la valutazione dell'allenamento <b>Prof.ssa ELISABETTA LUCCHINI</b>
04/11/2017	14.00 - 17.00	Lo sviluppo motorio e le capacità coordinative - <b>Prof. FRANCO MANCINI</b>
11/11/2017	9.00 - 12.00	Aspetti teorici, metodologici e didattici della mobilità articolare, della forza, della rapidità/velocità e della resistenza - <b>Prof. FRANCO MANCINI</b>
18/11/2017	9.00 - 12.00	Lezione pratica sullo sviluppo delle capacità condizionali (forza, rapidità/velocità e resistenza) <b>Prof. FRANCO MANCINI</b>
18/11/2017	14.00 - 18.00	Lezione pratica sullo sviluppo delle capacità motorie: capacità coordinative e mobilità articolare <b>Prof.ssa ELISABETTA LUCCHINI</b>

## PRESENTAZIONE DOCENTI



### Elisabetta Lucchini

Laureata in allenamento e ricerca sportiva presso l'Università di Dijon, Francia; preparatore fisico; metodologo dell'allenamento e dell'insegnamento motorio SRdS e SdS Nazionale; formatore del progetto Centri CONI

### Adriana Lombardi

Psicologo dello sport, giornalista pubblicista, dal 1984 collabora con la Scuola Regionale dello Sport Lombardia e con alcune Federazioni sportive in qualità di docente e formatore

### Franco Mancini

Docente di Educazione Fisica; Esperto Scuola Regionale dello Sport Lombardia. Docente formatore per l'area metodologica. Tecnico FIN, FIR e FIP (minibasket). Coordinatore Tecnico del CONI Point di Bergamo