

# CORSO per OPERATORI SPORTIVI

## Metodologia dell'insegnamento e dell'allenamento

14 aprile – 19 maggio 2016

Sala Conferenze e Palestra: Studio Medico - via Manara, 31 – MONZA

### FINALITÀ

Recependo le indicazioni della Scuola Nazionale dello Sport i corsi per tecnici di base – educatori 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.



### DESTINATARI

Il corso è rivolto principalmente a coloro che intendano seguire un percorso federale per diventare **Tecnico di 1° livello SNaQ**. E', inoltre, aperto a **Laureati e Studenti in Scienze Motorie** e a tutti i tesserati con qualifiche Federali di qualsiasi Federazione Sportiva, Disciplina Sportiva Associata o Ente di Promozione Sportiva, interessati ai temi trattati.

### ISCRIZIONI.

Il corso sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di 20 partecipanti e per un massimo di 40 partecipanti. Per iscriversi è necessario registrarsi sul sito del CONI Lombardia <http://lombardia.coni.it/lombardia/scuola-regionale.html> ed effettuare l'iscrizione **entro l'8/4**.

Il costo del corso per diritti di segreteria è di **€ 40,00**; il pagamento sarà da regolarizzare solo al ricevimento di una mail di conferma con i dati per effettuare il bonifico (la copia dell'avvenuto bonifico andrà consegnata al coordinatore la prima sera del corso).

Per conseguire l'attestato di partecipazione sarà necessario aver partecipato ad almeno il 80% delle lezioni

### SEDI e CONTATTI

#### Inserire SEDE CORSO

Per informazioni contattare il **CONI Point di Monza** – [monza@coni.it](mailto:monza@coni.it) o [gi.righigi@alice.it](mailto:gi.righigi@alice.it) o la SRdS Lombardia – [srdslombardia@coni.it](mailto:srdslombardia@coni.it)

Coordinatore del Corso, Dott.ssa Lara Pagnoncelli, [lara.pagno.90@gmail.com](mailto:lara.pagno.90@gmail.com)

*\* 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

### PRIMA PARTE – METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO (16 ore)

I° INCONTRO 14/04 ore 20.30 – 23.30

L'età biologica e l'età cronologica – Giuseppe Righini

Le competenze pedagogiche del tecnico – Giuseppe Righini

II° INCONTRO 18/04 ore 20.30 – 23.30

Il processo insegnamento – apprendimento – Giuseppe Righini

Come osservare atleti e squadre – Giuseppe Righini

III° INCONTRO 21/04 ore 20.30 – 23.30

Come comunicare efficacemente – Luca Argenton

IV° INCONTRO 28/04 ore 20.30 – 23.30

Come motivare gli atleti – Paolo Pichi

V° INCONTRO 02/05 ore 19.30 – 23.30

**Laboratorio in palestra** – Giuseppe Righini

### SECONDA PARTE – METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO (16 ore)

VI° INCONTRO 05/05 ore 20.30 – 23.30

Le basi della prestazione, la progettazione e la valutazione dell'allenamento – Lucio Rocca

VII° INCONTRO 09/05 ore 20.30 – 23.30

Lo sviluppo motorio e capacità coordinative – Marco Manzotti

VIII° INCONTRO 12/05 ore 20.30 – 23.30

La mobilità articolare

**Laboratorio in palestra** – Giuseppe Righini

IX° INCONTRO 16/05 ore 19.30 – 23.30

La forza e la velocità-rapidità

**Laboratorio in palestra** – Paolo Gatti

X° INCONTRO 19/05 ore 20.30 – 23.30

La resistenza – Gian Piero Grassi