

# 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 Brescia.



### DESTINATARI

Aspiranti tecnici Sportivi delle asd della provincia di Brescia che abbiano compiuto 18 anni e studenti di Scienze Motorie con la possibilità di acquisire CFU in quanto il CONI è riconosciuto dall'Università come Ente Formatore accreditato



### ISCRIZIONI

Entro il 13 ottobre o al raggiungimento di 40 partecipanti. E' prevista una quota di 40€ da versare dopo la ricezione della mail di conferma (a chiusura iscrizioni). Per iscriversi è necessario registrarsi sul sito del CONI Lombardia Scuola Regionale dello Sport <http://lombardia.coni.it/lombardia/scuola-regionale.html> ed effettuare l'iscrizione



### SEDE E CONTATTI

SEDE DEL CORSO:  
CONI Point di Brescia  
c/o Centro Sportivo San Filippo  
via Bazoli 10 BRESCIA

Coordinatore Corso: Claudia Colombo  
[cla\\_colombo@hotmail.it](mailto:cla_colombo@hotmail.it)  
per informazioni:  
030/310161 [brescia@coni.it](mailto:brescia@coni.it)

### NOTE:

- Durante le lezioni pratiche è necessario presentarsi con abbigliamento adeguato -
- 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 pendenti parte all'iniziativa

## PROGRAMMA

### Metodologia dell'insegnamento

27/10/2018	09.00 - 13.00	Saluti istituzionali e apertura dei lavori - TIZIANA GAGLIONE Delegato CONI Point Brescia L'età biologica e l'età cronologica - Le competenze pedagogiche del tecnico - MAURO BONALI e LINA STEFANINI
30/10/2018	20.00 - 23.00	Il processo insegnamento – apprendimento / Come osservare atleti e squadre - MAURO BONALI e LINA STEFANINI
03/11/2018	09.00 - 13.00	Come comunicare efficacemente - ADRIANA LOMBARDI
07/11/2018	20.00 - 23.00	Come motivare gli atleti - ADRIANA LOMBARDI
10/11/2018	09.00 - 13.00	Laboratorio in palestra - MAURO BONALI e LINA STEFANINI

### Metodologia dell'allenamento

20/11/2018	20.00 - 23.00	Le basi della prestazione, la progettazione e la valutazione dell'allenamento - GIUDO COLOMBO
24/11/2018	09.00 - 13.00	Lo sviluppo motorio e le capacità coordinative - ELISABETTA LUCCHINI
28/11/2018	20.00 - 23.00	Aspetti teorici, metodologici e didattici della mobilità articolare e della forza - ELISABETTA LUCCHINI
05/12/2018	20.00 - 23.00	Aspetti teorici, metodologici e didattici della rapidità/velocità e della resistenza - ELISABETTA LUCCHINI
15/12/2018	09.00 - 13.00	Lezione pratica sullo sviluppo delle capacità condizionali (forza, rapidità/velocità e resistenza) e sullo sviluppo delle capacità motorie: capacità coordinative e mobilità articolare - ELISABETTA LUCCHINI

## PRESENTAZIONE DOCENTI



### Mauro Bonali

Docente di teoria, tecnica e didattica degli sport individuali e di squadra presso il Corso di Laurea di Scienze Motorie dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano, Tecnico FIGC, formatore in ambito scolastico e sportivo età evolutiva e sport di squadra.

### Guido Colombo

Docente a contratto presso il Dipartimento di Scienze Motorie di Brescia sia nella Triennale che nella magistrale. Coordinatore Tecnico del CONI Point di Brescia.

### 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

### Elisabetta Lucchini

Laureata in allenamento e ricerca sportiva presso l'Università di Dijon, Francia, preparatore fisico, formatore del progetto centri CONI

### Lina Stefanini

Pedagogista dell'Assessorato alle Politiche Educative del Comune di Cremona, formatore in ambito scolastico e sportivo età evolutiva e sport di squadra