

CORSO ALLENATORI 3° livello
Telematico - Piattaforma moodle
Videoregistrazioni in piattaforma CONI/FORMAZIONE OLIMPICA PER
TECNICI ALLENATORI 3° LIVELLO
3 – 12 dicembre 2024

3 dicembre 18.00-21.00		
18.00-18.30	Saluti del Presidente FIB Saluti Coordinatore Centro Studi Presentazione corso e piattaforma moodle	<i>Marco Giunio De Sanctis</i> Presidente Nazionale FIB <i>Giancarlo Gosti</i> Centro Studi FIB
18.30-19.00 1h	CTU + quadri tecnici e Albo	<i>Moreno Rosati</i> Presidente CER
19.00 – 21.00 2h	Metodologie dell'allenamento: aspetti generali caratterizzanti nello sport di precisione. Fondamenti generali tecnici e fisiologici del risultato agonistico nello sport di precisione. Le capacità intellettive nello sport. Le capacità propriocettive posturali nel gesto sportivo Capacità Organico Muscolari Le catene muscolari. La forza muscolare. Accenni sulla forza massimale, resistente e veloce	<i>Felice Romano</i> Scuola dello sport
5 dicembre 18.00 – 20.30		
1h 30m	Competenze Pedagogiche dell'Istruttore/Allenatore Fasi del processo di apprendimento e stili di insegnamento correlati. Approfondimenti sulla comunicazione in ambito sportivo.	<i>Daniela Sepio</i> Scuola dello sport
1h	Metodologia dell'insegnamento: Motivare gli atleti Definizione e strumenti pratici per istruttore/allenatore	<i>Daniela Sepio</i> Scuola dello sport
10 dicembre ore 18.00-21.30		
18.00-20.00 2 h	Progettazione degli allenamenti Analisi delle strategie da attuare durante le competizioni a squadre L'allenatore come "decisore": trovare immediatamente risposte e soluzioni anche in situazioni di contemporaneità su più campi di gioco	<i>Dario Campana</i> Docente FIB
20.00-21.30 1 h 30m	Proposte per la valutazione delle capacità fisiche nello sport delle bocce Lineamenti per la preparazione atletica nelle varie specialità	<i>Fabio Scamardella</i> Docente FIB
12 dicembre 18.00-21.00		
	Norme Arbitrali ed Etiche e Regolamento di Gioco Norme comportamentali. Esempi e analisi di casi particolari del Regolamento di Gioco e dei Regolamenti delle Competizioni a Squadre delle specialità Petanque, Raffa e Volo (interruzioni di gioco, sostituzioni, prova e verifica dei campi, bocce e divise,)	
18.00-19.00 1h	Specialità petanque	<i>Costamagna Bruno</i> AIAB
19.00-20.00 1h	Specialità volo	<i>Trincherò Stefano</i> AIAB
20.00-21.00 1h	Specialità raffa	<i>Domenico Mascia</i> AIAB

**Videoregistrazioni in piattaforma CONI
FORMAZIONE OLIMPICA PER TECNICI ALLENATORI 3° LIVELLO**

FORMAZIONE OLIMPICA CONI ALLENATORE 3° LIVELLO		
L'organizzazione dell'allenamento	<ul style="list-style-type: none"> - Obiettivi dell'allenamento - Modulazione e parametri del carico - Aspetti determinanti per la creazione di sedute di allenamento 	Andrea Cardone e Alberto Di Mario
Cenni di nutrizione sportiva	<ul style="list-style-type: none"> - Corrette abitudini alimentari - Fabbisogni di energia - Macro e micronutrienti, idratazione - Timing di assunzione dei nutrienti - Integratori - Periodizzazione e modello alimentare per lo sportivo 	Raffaella Spada
La normativa antidoping	<ul style="list-style-type: none"> - Cos'è il doping; le sostanze proibite - Esenzione terapeutica - Controllo antidoping 	Maria Rosaria Squeo
Metodi, modelli e costrutti in psicologia dello sport	<ul style="list-style-type: none"> - Introduzione alla psicologia dello sport - Differenze tra teoria, modello e metodo - Come sviluppare l'osservazione sul campo/indicatori (KPI) 	Giuseppe Vercelli
Elementi di mental coaching per l'alta performance	<ul style="list-style-type: none"> - Strumenti specifici di intervento - Casi studio 	Giuseppe Vercelli
Leadership e comunicazione	<ul style="list-style-type: none"> - Principi di comunicazione efficace - Momenti della comunicazione - La relazione allenatore-atleta 	Antonio Sacco
Applicativi tecnologici nello sport Una panoramica	<ul style="list-style-type: none"> - Cardifrequenzimetri, GPS, APP: i principali applicativi per lo sport - Cenni alle informazioni che possono essere ottenute - L'analisi dei dati: problemi antichi, nuove opportunità - La tecnologia dello sport e la privacy 	Chiara Ragona
App nello sport – esempi pratici	<ul style="list-style-type: none"> - I principali applicativi a supporto di atleti, tecnici, allenatori, sport scientist - Lo studio dell'atleta: traiettorie, angoli, velocità, accelerazioni - Lo studio della prestazione sportiva: strategie, match analysis, distribuzione dello sforzo 	Chiara Ragona

ESAME CONCLUSIVO

Relatori:

Marco Giunio De Sanctis	Presidente Nazionale FIB
Giancarlo Gosti	Coordinatore Centro Studi FIB
Moreno Rosati	Presidente CER
Daniela Sepio	Scuola dello Sport
Felice Romano	Scuola dello Sport
Dario Campana	Docente FIB
Fabio Scamardella	Docente FIB
Costamagna Bruno	Responsabile Petanque AIAB
Trinchero Stefano	Responsabile Volo AIAB
Domenico Mascia	Responsabile Raffa AIAB

Requisiti

Il corso è riservato a coloro che sono in possesso della qualifica di Istruttore tecnico 2° livello. Si ricorda che come da TITOLO I, Art. 3.3 del Regolamento delle figure promozionali e qualifiche tecniche FIB “non si possono ottenere più di due qualifiche durante il medesimo anno solare”.

Materiali didattici

Dispense a cura dei docenti disponibili su piattaforma Moodle.