

## CORSO DI ISTRUTTORE TECNICO

(2° livello SNaQ)

Roma, 22-23 febbraio 2020

**Centro Tecnico Federale FIB – Via Fiume Bianco 75, Eur Torrino**

Sabato 22 febbraio 2020

13.30 – 14.00	<i>Accreditamenti</i>	
14.00 – 14.45 (1 h didattica)	<b>Organizzazione Sportiva. Attività promozionale, agonistica e paralimpica</b> Organizzazione sportiva in Italia. Coni e Cip: le Organizzazioni sportive nazionali. Le Associazioni Sportive Dilettantistiche nell'attività sportiva promozionale e agonistica.	<i>Marco G. De Sanctis</i>
14.45 - 17.45 (4h didattiche)	<b>Metodologia dell'Allenamento: mobilità articolare e resistenza</b> Definizione della mobilità articolare. L'importanza della mobilità articolare per lo sport delle bocce e principali metodi di allenamento. Definizione generale di resistenza e classificazione. Evoluzione dei diversi tipi di resistenza nelle diverse età.	<i>Felice Romano e Dario Naccari</i>
17.45 – 19.15 (2h didattiche)	<b>Competenze Pedagogiche dell'Istruttore Tecnico</b> Approfondimenti sul ruolo dell'istruttore tecnico come responsabile del rapporto didattico con gli atleti. Il processo di insegnamento- apprendimento: la programmazione didattica e i suoi elementi principali: obiettivi, valutazione, osservazione, progressione didattica. Come osservare gli atleti; osservazione e valutazioni nell'insegnamento; funzioni e strumenti.	<i>Daniela Sepio</i>

Domenica 23 febbraio 2020

9.00 – 12.00 (4h didattiche)	<b>Basi della prestazione: progettazione e valutazione dell'allenamento sportivo.</b> Fattori della prestazione sportiva (strutturali e funzionali). Analisi del concetto di "modello di prestazione". Concetti e definizioni generali di allenamento. Principi fondamentali dell'allenamento: continuità e progressività del carico.	<i>Felice Romano</i>
12.00 – 12.45 (1h didattica)	<b>Attività Paralimpica: approfondimenti delle classificazioni delle disabilità</b>	<i>Marco Bernardi</i>
13.00 – 14.00	<i>Pausa pranzo (incluso nel costo del corso)</i>	
14.00 – 15.30 (2h didattiche)	<b>Nutrizione dell'atleta: alimentazione e sport</b> Linee guida alimentari di base. Metabolismo e dispendio energetico di base e nello sport. L'alimentazione durante l'allenamento sportivo. La dieta nell'età evolutiva e nei periodi di inattività.	<i>Alessio Franco</i>
15.30 – 17.00 (2h didattiche)	<b>Lo sviluppo della tecnica nelle diverse specialità delle bocce</b> Approfondimenti nella tecnica nella raffa, volo e petanque.	<i>Giuseppe Pallucca</i>
17.00 – 18.00	<b>TEST DI IDONEITÀ E CONSEGNA DEGLI ATTESTATI DI PARTECIPAZIONE</b>	

## **CORSO DI ISTRUTTORE TECNICO**

**(2° livello SNaQ)**

**Roma, 22-23 febbraio 2020**

**Centro Tecnico Federale FIB – Via Fiume Bianco 75, Eur Torrino**

### ***Relatori***

Marco Giunio De Sanctis	<i>Presidente della Federazione Italiana Bocce</i>
Felice Romano	<i>Docente Scuola dello Sport – Metodologia dell'Allenamento</i>
Daniela Sepio	<i>Docente Scuola dello Sport – Metodologia dell'Insegnamento</i>
Alessio Franco	<i>Medico federale e Direttore Sanitario Istituto di Medicina Sportiva</i>
Marco Bernardi	<i>Formatore FIB per i Classificatori ed esperto in Fisiopatologia</i>
Dario Naccari	<i>Responsabile Progetti Scolastici FIB; Commissione Scuola FIB</i>
Giuseppe Pallucca	<i>Commissario Tecnico Nazionale FIB Raffa</i>
Stefania Lella	<i>Responsabile Area Promozione, Formazione e Scuola della FIB</i>

### ***Materiali didattici***

***Libro Collana SdS "Insegnare lo sport"***