

## CORSO DI ISTRUTTORE TECNICO (2° livello SNaQ)

**Fossano (CN) 14-15 marzo 2020**

**Bocciofila AS Forti Sani di Fossano, Piazza Milite Ignoto, 1**

**Sabato 14 marzo 2020**

9.00 – 9.30	<i>Accreditamenti</i>	
9.30 – 10.00	<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>Presidente CR FIB</i>
10.00 – 13.15 (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>Scuola dello Sport</i>
13.15 – 14.15	<i>Pausa pranzo (incluso nel costo del corso)</i>	
14.45 - 16.15 (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>Docente formatore FIB</i>
16.15 – 17.45 (2h didattiche)	<b>Attività Paralimpica: approfondimenti delle classificazioni delle disabilità</b>	<i>Comitato Regionale CIP</i>
17.45 – 19.15 (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>Scuola dello Sport</i>

**Domenica 15 marzo 2020**

8.30 – 11.30 (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>Scuola dello Sport</i>
11.30 – 11.45	<i>Coffee break (incluso nel costo del corso)</i>	
11.45 – 13.30 (2h didattiche)	<b>Lo sviluppo della tecnica nelle diverse specialità delle bocce</b> Approfondimenti nella tecnica con i Commissari Tecnici FIB	<i>CT Nazionali</i>
13.30 – 14.30	<b>TEST DI IDONEITÀ E CONSEGNA DEGLI ATTESTATI DI PARTECIPAZIONE</b>	

## **CORSO DI ISTRUTTORE TECNICO (2° livello SNaQ)**

**Fossano (CN) 14-15 marzo 2020  
Bocciofila AS Forti Sani di Fossano, Piazza Milite Ignoto, 1**

### ***Relatori (ipotesi in bozza)***

Claudio Vittino	<i>Presidente del Comitato Regionale FIB</i>
	<i>Docente Scuola dello Sport – Metodologia dell'Allenamento</i>
	<i>Docente Scuola dello Sport – Nutrizione e Alimentazione</i>
	<i>Presidente del Comitato Regionale CIP</i>
	<i>Docente FIB per Metodologia dell'Insegnamento</i>
	<i>Commissari Tecnici Nazionale FIB</i>

### ***Materiali didattici***

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

**BOZZA**