

## CORSO DI ISTRUTTORE TECNICO

### 2° livello SNaQ – 23-29 novembre 2022

#### Piattaforma moodle

	<b>23 novembre 2022 ore 19.00 – 20.30</b>	
19.00 - 19.30 30 m	<b>Saluti del Presidente FIB</b>  <b>Saluti Coordinatore Centro Studi</b>  <b>Organizzazione Sportiva. Attività promozionale, agonistica e paralimpica</b> Le Associazioni Sportive Dilettantistiche nell'attività sportiva promozionale e agonistica.	<i>Marco Giunio De Sanctis</i> <b>Presidente Federale</b>  <i>Giancarlo Gosti</i> <b>Centro studi FIB</b>  <b>Centro Studi FIB</b>
19.30 – 20.00 30 m	<b>Presentazione corso e piattaforma moodle</b> a cura di Andrea Mazzoni <b>e-tutor FIB</b>	
20.00 – 20.30 30 m	<b>Comitato Tecnico Unitario. Campionato di Serie</b> Regolamenti e normative	<i>Moreno Rosati</i> <b>Vicepresidente FIB</b>
	<b>24 novembre 2022 ore 19.00 – 21.30</b>	
19.00 – 20.30 1h 30 m	<b>Metodologia dell'allenamento delle capacità condizionali</b> Mobilità articolare e resistenza. L'importanza della mobilità articolare e della resistenza per lo sport bocce e i principali metodi di allenamento	<i>Dario Campana</i> <b>Docente FIB</b>
20.30 – 21.30 1 h	<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>Alessandra Base</i> <b>Scuola dello Sport</b>
	<b>25 novembre 2022 ore 19.00 – 21.30</b>	
19.00-21.30 2 h 30m	<b>Competenze Pedagogiche dell'Istruttore Tecnico</b> La crescita dell'atleta e le competenze pedagogiche nelle diverse fasce di età. L'istruttore come responsabile del rapporto didattico con gli atleti. Comunicazione efficace in ambito sportivo.	<i>Daniela Sepio</i> <b>Scuola dello Sport</b>
	<b>28 novembre 2022 ore 19.00 – 20.30</b>	
19.00 – 20.30 1h 30m	<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>Guido Brunetti</i> <b>Scuola dello Sport</b>
	<b>29 novembre 2022 ore 19.00 – 21.00</b>	
19.00 – 21.00 2 h	<b>Lo sviluppo della tecnica nelle diverse specialità delle bocce</b> Approfondimenti nella tecnica con i Commissari Tecnici FIB	<i>Giuseppe Pallucca</i> <b>CT Nazionale</b> <b>Raffa</b>
	<b>Video registrazione dal 23 novembre al 4 dicembre 2022</b>	
1 h	<b>Attività Paralimpica FIB.</b> Regolamento e figure tecniche.	<i>Claudio Costagli</i> <b>Docente FIB</b>

### **Relatori**

<i>Marco Giunio De Sanctis</i>	<i>Presidente Federale</i>
<i>Moreno Rosati</i>	<i>Vicepresidente FIB</i>
<i>Giancarlo Gosti</i>	<i>Responsabile Centro Studi FIB</i>
<i>Andrea Mazzoni</i>	<i>e-tutor FIB, Componente Commissione Scuola</i>
<i>Dario Campana</i>	<i>Docente FIB</i>
<i>Giuseppe Pallucca</i>	<i>CT Nazionale Raffa</i>
<i>Claudio Costagli</i>	<i>Centro Studi FIB</i>
<i>Alessandra Base</i>	<i>Medico Specialista in Medicina dello Sport, Nutrizionista. Collaboratore Istituto Medicina dello Sport di Sport e Salute S.p.A. nonché Docente della Scuola dello Sport e Docente di "Nutrizione e Sport" all'interno del Corso di Laurea in Scienze dell'Alimentazione e Nutrizione Umana dell'Università Campus Biomedico di Roma</i>
<i>Daniela Sepio</i>	<i>Psicologa, specializzata in psicologia dello sport. Docente di Psicologia nel Corso di Laurea in Scienze Motorie dell'Università di Roma "Tor Vergata". Docente ai corsi di formazione FIGC per allenatori UEFA. Collabora con la FIGC per la progettazione e realizzazione dell'area psicologia e comunicazione all'interno dei Corsi per Dirigenti. Consulente di Società Sportive e singoli atleti.</i>
<i>Guido Brunetti</i>	<i>Docente Scuola dello Sport Teoria dell'Allenamento e Preatletismo, già preparatore atletico FIS</i>

### **Materiali didattici**

**Dispense a cura dei docenti disponibili su piattaforma moodle.**

### **Requisiti**

Potranno partecipare al corso tutti i tesserati FIB in possesso della qualifica di Istruttore tecnico di specialità 1° livello.