

CORSO DI FORMAZIONE PER ALLENATORI E ISTRUTTORI TECNICI

Centro Tecnico Federale - Roma

| Venerdì 28 Settembre | |
|-----------------------|--|
| Ore 14.00 – 15.00 | <i>Accredito, distribuzione dei materiali didattici per partecipanti al Corso di Nuovi Allenatori e Nuovi Istruttori</i> |
| Ore 15.00 - 15.15 | Presentazione e introduzione al corso |
| Ore 15.15 -16.45 | Sviluppo Motorio e Capacità Coordinative Le basi dei gesti tecnici (Raffa, Petanque e Volo).L'apprendimento motorio e metodi di controllo del movimento. |
| Ore 16.45 -18.15 | Capacità Organico-Muscolari Controllo della forza e velocità-rapidità. Elementi base dei metabolismi energetici. Elementi base della contrazione e del reclutamento muscolare nell'attività sportiva. Prevenzione e patologia da sovraccarico funzionale. Principi di base su come si interviene nei casi di trauma durante l'allenamento. |
| Ore 18.15 -19.00 | Conoscenze giuridiche Organizzazione sportiva in Italia. Coni e Cip: Le Organizzazioni sportive nazionali. Le strutture territoriali: ASD, SSD. |
| Sabato 29 Settembre | |
| Ore 9.30 -10.45 | L'attività sportiva paralimpica Classificazione delle disabilità e conoscenza delle specifiche. Disabilità intellettive e Relazionali. Approccio alla disciplina della Boccia. |
| Ore 10.45 -11.00 | <i>Pausa caffè</i> |
| Ore 11.00 - 11.45 | La Sicurezza nei luoghi dello sport Principi basilari relative alle norme di sicurezza negli impianti sportivi. Principi basilari relative al primo soccorso. |
| Ore 11.45 - 12.30 | Medicina Basolare Normativa inerente il rilascio delle Certificazioni di Idoneità all'Attività Sportiva. Norme e Regolamenti AntiDoping. Tipologia dei farmaci non ammessi durante la pratica sportiva. |
| Ore 12.30 - 13.15 | La nutrizione dell'atleta Linee guida alimentari di base. Alimentazione e sport. Cosa, come, quando e quanto mangiare e bere. Metabolismo e dispendio energetico di base e nello sport. L'alimentazione durante l'allenamento sportivo. La dieta nell'età evolutiva. La dieta nel periodo di inattività. |
| Ore 13.15 - 14.15 | <i>Pausa pranzo</i> |
| Ore 14.15 -15.00 | Conoscenze giuridiche Tipologie di contratti di lavoro per le ASD. Formulare di collaborazione specifici tra le Federazioni Sportive e altri soggetti. |
| Ore 15.00 - 15.45 | Competenze Pedagogiche dell'Istruttore/Allenatore Definizione del Processo Insegnamento-Apprendimento |
| Ore 15.45 - 17.15 | Le basi della prestazione e della progettazione e valutazione dell'allenamento sportivo Elementi base dell'allenamento sportivo specifico delle bocce. Esempio e analisi tecnica di un programma di allenamento nelle bocce. |
| Ore 17.15 - 18.00 | Conclusioni e consegna degli attestati agli Istruttori Tecnici |
| | <i>Proseguimento attività didattici per i partecipanti al Corso Allenatori</i> |
| Ore 17.15 – 19.00 | Psicologia Sportiva Psicologia specifica per atleti impegnati in competizioni agonistiche di alto livello. |
| Domenica 30 Settembre | |
| Ore 09.00 -10.30 | Problem Solving Esercitazioni mirate allo sviluppo della capacità di prendere decisioni immediate e risolutive, anche contemporaneamente su più campi di gioco. |
| Ore 10.45 -11.00 | <i>Pausa caffè</i> |
| Ore 11.00 -12.30 | Analisi degli Allenamenti Tecnologie informatiche ed esempi sulle corrette metodologie da utilizzare per tenere sotto controllo e monitorare con tabelle e grafici gli allenamenti degli atleti. |
| Ore 12.30 -13.30 | <i>Pausa pranzo</i> |
| Ore 13.30 -15.00 | 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,) |
| Ore 15.00 - 15.30 | Conclusioni e consegna degli attestati agli Allenatori |

1^a Corso Nazionale per nuovi Allenatori: 28 pom., 29 e 30 settembre

Possono accedere al corso tesserati FIB con qualifica di Istruttore Tecnico (o similare) per acquisire la qualifica di "Allenatore".

MODULO DI ISCRIZIONE A) – quota di partecipazione euro 150,00 (incl. 2 pasti, materiale didattico, welcome kit); causale versamento "ALL.NAZ 01/2018".

1^a Corso Nazionale per nuovi Istruttori Tecnici: 28 pom. e 29 settembre

Possono accedere al corso tesserati FIB non in possesso di qualifiche tecniche FIB per acquisire la qualifica di "Istruttore Tecnico".

MODULO DI ISCRIZIONE B) – quota di partecipazione di euro 80,00 (inclusi 2 pasti, materiale didattico, welcome kit), causale versamento "TEC.NAZ 01/2018".

2^a Corso Nazionale di Aggiornamento per Allenatori: 29 e 30 settembre

Possono accedere i tesserati già in possesso della qualifica di Allenatore che non abbiano potuto partecipare al 1^o corso di aggiornamento.

MODULO DI ISCRIZIONE C) – quota di partecipazione di euro 100,00 (inclusi 2 pasti, materiale didattico, welcome kit) - causale versamento "AGG.NAZ 03/2018".

2^a Corso Nazionale di Aggiornamento per Istruttori Tecnici: 29 settembre

Possono accedere i tesserati già in possesso della qualifica di Istruttore Tecnico che non abbiano potuto partecipare al 1^o corso di aggiornamento.

MODULO DI ISCRIZIONE D) – quota di iscrizione e partecipazione di euro 50,00 per Istruttori Tecnici (incl. 2 pasti, materiale didattico, welcome kit); causale versamento "AGG.NAZ 04/2018".

I CORSISTI DOVRANNO INVIARE AI RISPETTIVI COMITATI REGIONALI DI COMPETENZA:

- **MODULO COMPILATO E FIRMATO**
- **COPIA DEL BONIFICO EFFETTUATO**
- **DICHIARAZIONE PRIVACY (firmata e scansionata)**

LA SCADENZA PER INVIARE LE ISCRIZIONI A formazione@federbocce.it E' AL 18 SETTEMBRE P.V.