

Corso di Formazione per Allenatori di 3° livello

Primo Modulo - Roma, CPO "G. Onesti", 11-15 luglio 2011

PROGRAMMA PRELIMINARE

Lunedì 11 luglio	Aula 3	
14.00-14.30	Accoglienza dei partecipanti e Apertura del Corso	<i>SdS-FIC</i>
14.30-16.30	Le basi della prestazione	<i>Guido Brunetti</i>
16.30-18.30	Il carico fisico	<i>Guido Brunetti</i>
Martedì 12 luglio		
9.00-11.00	Programmazione, periodizzazione e gestione dell'allenamento	<i>Andrea Passerini</i>
11.00-13.00	La valutazione delle capacità condizionali: test da campo e da laboratorio	<i>Andrea Passerini</i>
14.30-16.30	Le capacità condizionali: Lo sviluppo della forza	<i>Andrea Passerini</i>
16.30-18.30	L'allenamento della rapidità, la resistenza speciale	<i>Andrea Passerini</i>
Mercoledì 13 luglio		
9.00-11.00	Analisi del movimento	<i>Dario Dalla Vedova</i>
11.00-13.00	Analisi qualitativa e quantitativa, acquisizione video	<i>Dario Dalla Vedova</i>
14.30-16.30	Gli aspetti fisiologici e la valutazione della forza	<i>Corrado Morandini</i>
16.30-19.30	Gli aspetti bioenergetici: fatica e recupero	<i>Claudio Marini</i>
Giovedì 14 luglio		
9.00-11.00	La preparazione fisica	<i>Carlo Varalda</i>
11.00-13.00	Le basi del preatletismo	<i>Carlo Varalda</i>
14.30-16.30	Esercitazioni pratica sul preatletismo (prima parte)	<i>Carlo Varalda</i>
16.30-18.30	Esercitazioni pratica sul preatletismo (seconda parte)	<i>Carlo Varalda</i>
Venerdì 15 luglio		
8.30-10.30	Statica, posturologia e prevenzioni infortuni	<i>Claudio Gallozzi</i>
10.30-12.30	Valutazione funzionale specifica	<i>Claudio Marini</i>

Secondo Modulo - Roma, CPO "G. Onesti", 26-30 settembre 2011

PROGRAMMA PRELIMINARE

Lunedì 26 settembre	<u>Aula 3</u>	
14.00-14.30	Accoglienza dei partecipanti	
14.30-16.30	Il profilo professionale ed etico dell'allenatore di canottaggio	<i>Claudio Mantovani</i>
16.30-18.30	Management 1	<i>Giovanni Esposito</i>
Martedì 27 settembre		
9.00-11.00	Management 2	<i>Valter Borellini</i>
11.00-13.00	Management 3	<i>Valter Borellini</i>
14.30-16.30	L'apprendimento delle tecniche sportive	<i>Claudio Mantovani</i>
16.30-18.30	Esercitazione sulle fasi dell'apprendimento	<i>Claudio Mantovani</i>
Mercoledì 28 settembre		
9.00-11.00	Management 4	<i>Giovanni Esposito</i>
11.00-13.00	Management 5	<i>Giovanni Esposito</i>
14.30-16.30	Il feedback e la correzione degli errori	<i>Claudio Mantovani</i>
16.30-18.30	Esercitazione sul feedback	<i>Claudio Mantovani</i>
Giovedì 29 settembre		
9.00-11.00	La programmazione didattica	<i>Laura Bortoli</i>
11.00-13.00	La motivazione	<i>Laura Bortoli</i>
14.30-16.30	La costruzione delle lezioni e delle sedute di allenamento	<i>Laura Bortoli</i>
16.30-18.30	La presentazione e l'assegnazione del compito	<i>Laura Bortoli</i>
Venerdì 30 settembre		
9.00-11.00	L'osservazione e la valutazione	<i>Claudio Mantovani</i>
11.00-13.00	Esercitazione sulla valutazione	<i>Claudio Mantovani</i>

DOCENTI SdS

Valter Borellini	<i>Docente SdS Metodologia dell'Insegnamento e Comunicazione</i>
Laura Bortoli	<i>Docente SdS Metodologia dell'Insegnamento Sportivo- Università di Chieti</i>
Guido Brunetti	<i>Consulente SdS, Docente SdS Metodologia dell'Allenamento</i>
Dario Dalla Vedova	<i>Dipartimento di Scienza IMSS Coni Servizi, Docente SdS Biomeccanica</i>
Alberto Di Mario	<i>Docente SdS Metodologia dell'Allenamento Sportivo, Preparatore Fisico Judo</i>
Giovanni Esposito	<i>Consulente SdS, Docente SdS Management dello Sport</i>
Claudio Gallozzi	<i>Dipartimento di Scienza IMSS Coni Servizi, Docente SdS Fisiologia e Biomeccanica</i>
Claudio Mantovani	<i>Docente SdS Metodologia dell'Insegnamento</i>
Claudio Marini	<i>Dipartimento di Scienza IMSS Coni Servizi, Docente SdS Fisiologia e Biomeccanica</i>
Carlo Varalda	<i>Tecnico della Federazione Italiana Pesi e Cultura Fisica, Posturologo, Preparatore fisico FIC</i>
Corrado Morandini	<i>Dipartimento di Scienza IMSS Coni Servizi, Docente SdS Metodologia dell'Allenamento e Valutazione Funzionale</i>