PROGRAMMA DEL CORSO PER ISTRUTTORE FEDERALE STAGIONE 2024

MERCOLEDI' 18 SETTEMBRE (on-line)

h. 14.00 – 16.00 Mod. 3.1 M. Berrett
Riassunto del corso Assistente: LTAD, strumenti, strategie di insegnamento.

h. 16.00 – 19.00 Mod. 1.3 M. Berrett
Conoscenze relative all'apprendimento di abilità

MERCOLEDI' 25 SETTEMBRE (on-line)

h. 14.00 – 19.00 Mod. 2.3 - 2.4 T. Simpson
Strutturazione dell'allenamento.
Somministrazione dei test ed analisi dei risultati.

VENERDÌ 04 OTTOBRE (in presenza)

h. 14.00 – 19.00 Mod. 1.1 M. Berrett/T. Simpson
Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi più avanzati

SABATO 05 OTTOBRE (in presenza)

h. 09.00 – 13.00 Mod. 1.2 – 1.5 M. Berrett/T. Simpson
Conoscenze relative agli aspetti tecnici degli schemi di movimento specifici.
PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo

h. 14.00 – 17.00 Mod. 2.2 T.Simpson
Sviluppo delle qualità condizionali.

h. 17.00 – 19.00 Mod. 2.5 T.Simpson
Prevenzione e risoluzione degli infortuni.

DOMENICA 06 OTTOBRE (in presenza)

h. 09.00 – 11.00 Mod. 1.5 M. Berrett
PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

h. 11.00 – 14.00 Mod. 3.4 M. Berrett
Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.

MERCOLEDI' 16 OTTOBRE (on-line) (+ Corso Agg.to 3° - 4° liv.)

h. 14.00 – 19.00 M. Berrett /T. Simpson
L'affermazione dello Squash Egiziano e le abilità per competere

MERCOLEDI' 30 OTTOBRE (on-line)

h. 14.00 – 16.00 Mod. 3.2 T. Simpson
Il processo di insegnamento - apprendimento.

h. 16.00 – 19.00 Mod. 2.1 T. Simpson
Fasi di accrescimento del giovane.

MERCOLEDI' 06 NOVEMBRE (on-line)

h. 14.00 – 19.00 Mod. 2.3 - 2.4 T. Simpson
Strutturazione dell'allenamento.
Somministrazione dei test ed analisi dei risultati.

VENERDÌ 22 NOVEMBRE (in presenza)

h. 14.00 – 16.00 Mod. 3.3 T. Simpson
Autoefficacia e motivazioni; goal setting e preparazione psicofisica alla gara.

h. 16.00 – 19.00 Mod. 1.5 M. Berrett /T. Simpson
PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

SABATO 23 NOVEMBRE (in presenza)

h. 09.00 – 11.00 Mod. 1.4 M. Berrett/T. Simpson
Sviluppare l'intelligenza squashistica attraverso le partite condizionate

h. 11.00 – 13.00 Mod. 1.4 M. Berrett/T. Simpson
Tattica di base e costruzione del punto.

h 13.00 – 14.00 *Pausa pranzo*

h. 14.00 – 16.00 Mod. 1.5 M. Berrett/T. Simpson
PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

h. 16.00 – 19.00 Mod. 3.4 M. Berrett/T. Simpson
Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.

DOMENICA 24 NOVEMBRE (in presenza)

h. 09.00 – 14.00 Mod. 3.4 M. Berrett/T. Simpson
Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.

SABATO 14 DICEMBRE (in presenza)
ESAME CORSO ISTRUTTORE FEDERALE

h. 11.00 ESAME - Prova scritta Commissione Esaminatrice

h. 15.00 ESAME - Prova pratica Commissione Esaminatrice

h. 17.00 Conclusione.

Corso per Istruttore di Squash

LIVELLO DEL GIOCATORE	BISOGNI DEL GIOCATORE	LTAD ITALIANA	CARATTERISTICHE
Intermedio – Progetto Talento	Precisione – Sviluppare una solida tecnica e costruzione del punto.	Allenarsi per formarsi (maschi 12-16 anni, femmine 11-15 anni) 2 sport diversi	L'OBIETTIVO È LO SVILUPPO - Sviluppare l'abilità e precisione in situazione di gioco – Sviluppare una solida tecnica – Costruzione del punto – Fare le cose correttamente. Forza – Mobilità dinamica – 2° Fase sensibile della velocità.

Obiettivi:

- Scuola Italiana – Una filosofia unica per come lo squash è giocato ed insegnato.
- Avere un percorso chiaro per giocatori ed insegnante.
- Comprensione dei bisogni degli atleti per ogni fase di sviluppo.
- Sviluppare l'abilità e precisione in situazione di gioco.
- Comprensione delle corrette progressioni d'allenamento.
- Sviluppare la capacità di programmazione dell'allenamento.
- Conoscenza + abilità nel trasmettere + programmazione = Come Insegnare.

MODELLO DIDATTICO:

1° Modulo – Conoscenza relative agli aspetti tecnici specifici.

1.1 Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi più avanzati.
- Cosa-Perché-Quando-Come di tutti i colpi.
- Insegnare boast di attacco, trickle boast, pallonetto, incrociato nick, kills

1.2 Conoscenze relative agli aspetti tecnici degli schemi di movimento specifici.
- Cosa-Perché-Quando-Come per gli schemi di movimento specifici.
- Insegnare gli schemi di movimenti specifici.

1.3 Apprendimento di abilità
- Comprendere il processo di insegnamento per lo sviluppo di abilità e precisione in situazioni di gioco

1.4 Tattica di base e costruzione del punto.
- Tattiche di base
- Partite Condizionate
- Costruzione del punto.
- Come insegnare la tattica.

1.5 PDA - Progressioni verso gli scambi e giochi di abilità aperte.
- Costruire progressioni verso gli scambi e giochi d'abilità aperte.
- Comprensione del processo PDA -Percezione>Decisione>Azione.

2° Modulo – Unità didattiche relative alla metodologia dell'allenamento.

2.1 Fasi di accrescimento del giovane.
- Cambiamenti strutturali e funzionali nel giovane.
- Mezzi per accompagnarlo nell'accrescimento.

2.2 Sviluppo delle qualità condizionali.
- Come incominciare ad allenare forza, resistenza e velocità.

2.3 Strutturazione dell'allenamento.
- Programmazione del carico a breve e medio termine.
- Organizzazione e conduzione di una seduta d'allenamento.

2.4 Somministrazione dei test ed analisi dei risultati.
- Test generali e specifici con cui lavorare.
- Analisi e studio dei risultati.

2.5 Prevenzione e risoluzione degli infortuni.
- Tipologie di infortuni.
- Prevenzione degli infortuni.
- Ritorno al gioco.

3° Modulo – Unità didattiche relative alla metodologia dell'insegnamento.

3.1 Il coaching: LTAD, stili e strategie di insegnamento.
- LTAD.

- Stili e strategie di insegnamento.
- I bisogni del giocatore.
- Percorso giocatori / tecnici.
- Codice di condotta.

3.2 Il processo di insegnamento-apprendimento.
- L'apprendimento motorio.
- I presupposti cognitivi dell'apprendimento.
- Gli stadi dell'apprendimento.
- Lo sviluppo delle abilità: differenze fra principianti ed esperti.

3.3 Autoefficacia e motivazioni; goal setting e preparazione psicologica alla gara.
- Gli obiettivi come fattore motivante.
- La preparazione psicologica alle gare.

3.4 Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.
- Valutazione.
- Programmazione di lezioni a tema, individuali e di gruppo.
- Costruire Progressioni più complesse.
- Lavorare con allievi nel contesto del progetto talento.
- Sicurezza in campo e prevenzione degli infortuni.