

# PROGRAMMA DEL CORSO PER ASSISTENTE ISTRUTTORE FEDERALE STAGIONE 2018/19

## VENERDÌ 28 SETTEMBRE 2018

### Docenti

h. 14.00 – 16.00  
Le competenze pedagogiche del Tecnico.

Modulo 3.1 M. Berrett

h. 16.00 – 18.00  
L'introduzione alla LTAD Italiana.

Modulo 3.1 M. Berrett/T. Simpson

h. 18.00 Conclusione.

## SABATO 29 SETTEMBRE 2018

h. 09.00 – 10.00  
Conoscenze relative al Regolamento di Gioco.

Modulo 1.1 A. R. Ugolini

h. 10.00 – 13.00  
Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi base.

Modulo 1.2 M. Berrett/T. Simpson

*h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo*

h. 14.00 – 16.00  
L'individuazione e la correzione degli errori.

Modulo 1.4 M. Berrett

h. 16.00 – 18.00  
PDA (Percezione, Decisione, Azione) – Progressione verso gli scambi semplici ed i giochi di abilità aperte.

Modulo 1.5 M. Berrett

h. 18.00 Conclusione.

## DOMENICA 30 SETTEMBRE 2018

h. 09.00 – 11.00  
Conoscenze relative agli aspetti tecnici degli schemi dei movimenti di base.

Modulo 1.3 M. Berrett/T. Simpson

h. 11.00 – 13.00  
Pianificazione delle lezioni individuali e di gruppo.

Modulo 3.3 M. Berrett/T. Simpson

h. 13.00 Conclusione.

## VENERDÌ 26 OTTOBRE 2018

h. 14.00 – 16.00

Modulo 3.2 M. Berrett

La programmazione didattica.

h. 16.00 – 18.00

Modulo 2.1

Il modello di prestazione e la base della progettazione e della valutazione dell'allenamento sportivo.

h. 18.00 Conclusione.

## SABATO 27 OTTOBRE 2018

h. 09.00 – 13.00

Modulo 1.2 M. Berrett/T. Simpson

Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi base.

*h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo*

h. 14.00 – 18.00

Modulo 2.2 - 2.3

Le qualità condizionali in gioco: Forza, Velocità-Rapidità e Resistenza.  
Capacità coordinative, mobilità articolare e sviluppo motorio.

h. 18.00 Conclusione.

## DOMENICA 28 OTTOBRE 2018

h. 09.00 – 11.00

Modulo 1.5 M. Berrett/T. Simpson

PDA (Percezione, Decisione, Azione) – Progressione verso gli scambi semplici ed i giochi di abilità aperte.

h. 11.00 – 13.00

Modulo 3.3 – 3.4 M. Berrett/D. Babini

Pianificazione delle lezioni individuali e di gruppo.  
Attività giovanile con campo gonfiabile.

h. 13.00 Conclusione.

## SABATO 24 NOVEMBRE 2018

### ESAME ASSISTENTE ISTRUTTORE FEDERALE

h. 11.00 ESAME - Prova scritta

Commissione Esaminatrice

h. 14.00 ESAME - Prova pratica

Commissione Esaminatrice

h. 16.00 Conclusione.

# Corso per Assistente Istruttore di Squash

LIVELLO DEL GIOCATORE	BISOGNI DEL GIOCATORE	LTAD ITALIANA	CARATTERISTICHE
Principiante – Attività giovanile	Una comprensione di cosa cercano di fare – Tecnica di base – Scambi semplice.  Abilità sportive generale ABCs. Giochi divertenti	Imparare ad allenarsi. (maschi 9-12 anni, femmine 8-11 anni) 2-3 sport diversi.  Sviluppare le abilità (maschi 6-9 anni, femmine 6-8 anni) 3-4 sport diversi.	L'OBIETTIVO È LO SVILUPPO – Sviluppare Abilità di Precisione, Scambi semplici e Tecnica di base. Flessibilità muscolare – Capacità aerobica attraverso attività ludiche.  Abilità sportiva generale – ABC's - 1° Fase sensibile della velocità.

## Obiettivi:

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

## 1° Modulo – Conoscenza relative agli aspetti tecnici specifici.

### 1.1 Conoscenze relative al Regolamento di Gioco.

### 1.2 Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi di base.

- Cosa-Come per l'impugnatura ed i colpi di base.
- Insegnare Impugnatura, lungo linea, boast, volo, battuta, risposta, smorzata, pallonetto.

### 1.3 Conoscenze relative agli aspetti tecnici degli schemi dei movimenti di base.

- Cosa-Come per gli schemi dei movimenti di base.
- Insegnare gli schemi dei movimenti di base.

### 1.4 Individuazione e correzione dei errori.

- Identificare e correggere gli errori più comuni.

### 1.5 PDA - Progressioni semplici verso gli scambi semplici e giochi abilità aperte.

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

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

### 2.1 Il modello di prestazione e la base della progettazione e della valutazione dell'allenamento sportivo.

- Caratteristiche metaboliche ed atletiche dello squash.
- Progettazione e valutazione dell'allenamento.

## 2.2 Le qualità condizionali in gioco.

- Forza.
- Velocità.
- Resistenza.

## 2.3 Capacità coordinative, mobilità articolare e sviluppo motorio.

- Quali e come sono.
- Come svilupparle.

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

### 3.1 Le competenze pedagogiche del tecnico.

- Introduzione alla LTAD Italiana.
- L'importanza della metodologia dell'insegnamento.
- I compiti e la responsabilità del tecnico.
- I bisogni del giocatore
- Il percorso Giocatori - Tecnici
- Il codice di condotta
- Lavorare con gli Istruttori

### 3.2 La programmazione didattica.

- La presentazione del compito – Spiegazione, Dimostrazione, Azione.
- Il feedback.
- La correzione dell'errore.

### 3.3 Pianificazione delle lezioni individuali e di gruppo.

- Valutazione.
- Programmazione di lezioni a tema, individuali e di gruppo.
- Progressioni semplici (abilità chiuse > abilità aperte).
- Lavorare con i gruppi di allievi nel contesto di attività giovanile.
- Sicurezza in campo e prevenzione degli infortuni.

### 3.4 Attività giovanile con campo gonfiabile.