

DOMENICA 28 MARZO 2021

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.

MERCOLEDI' 14 APRILE 2021

h. 14.00 – 16.30 Modulo 2.3 T. Simpson
Capacità coordinative, mobilità articolare e sviluppo motorio.

h. 16.30 – 19.00 Modulo 3.3 M. Berrett/T. Simpson
Pianificazione delle lezioni individuali e di gruppo.

SABATO 15 MAGGIO 2021

ESAME CORSO ASSISTENTE ISTRUTTORE

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.
- Avere un percorso chiaro per giocatori ed insegnante.
- Comprensione dei bisogni degli atleti per ogni fase di sviluppo.
- Sviluppare l'abilità sportive generale
- Sviluppare una tecnica di base e gli scambi semplici.
- 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, lungolinea, incrociato, boast, volo, battuta, risposta, smorzata.

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.
- Il percorso Giocatori - Tecnici
- I bisogni del giocatore
- Ruolo del tecnico.
- Il codice di condotta
- Strumenti del coaching

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.