

PROGRAMMA DEL CORSO PER ISTRUTTORE FEDERALE STAGIONE 2021

MERCOLEDÌ 08 SETTEMBRE 2021

Docenti

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 al apprendimento di abilità

MERCOLEDÌ 22 SETTEMBRE 2021

h. 14.00 – 19.00 Mod. 2.3 - 2.4 Da definire
Strutturazione dell'allenamento.
Somministrazione dei test ed analisi dei risultati.

VENERDÌ 08 OTTOBRE 2021

h. 14.00 – 18.00 Mod. 1.1 M. Berrett/T. Simpson
Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi più avanzati

SABATO 09 OTTOBRE 2021

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 – 16.00 Mod. 2.2 T.Simpson
Sviluppo delle qualità condizionali.

h. 16.00 – 18.00 Mod. 2.5 T.Simpson
Prevenzione e risoluzione degli infortuni.

DOMENICA 10 OTTOBRE 2021

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

h. 11.00 – 13.00 Mod. 3.4 M. Berrett
Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.

MERCOLEDÌ 20 OTTOBRE 2021

h. 14.00 – 16.30 Mod. 3.2 Da definire
Il processo di insegnamento-apprendimento.

h. 16.30 – 19.00 Mod. 2.1 Da definire
Fasi di accrescimento del giovane.

MERCOLEDÌ 3 NOVEMBRE 2021 (+ Corso Agg.to III° IV° liv.)

h. 14.00 – 18.00 Mod. 1.4 M. Berrett /T. Simpson
L'utilizzo della video analisi in partita per l'identificazione e la correzione degli errori tattici.

VENERDÌ 19 NOVEMBRE 2021

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

h. 16.00 – 18.00 Mod. 1.5 M. Berrett /T. Simpson
PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

SABATO 20 NOVEMBRE 2021

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

DOMENICA 21 NOVEMBRE 2021

h. 09.00 – 13.00

Mod. 3.4

M. Berrett/T. Simpson

Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.

SABATO 04 DICEMBRE 2021

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.

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.