



PROGRAMMA DEL CORSO PER ASSISTENTE ISTRUTTORE FEDERALE STAGIONE 2025

MERCOLEDI' 19 FEBBRAIO (on-line)

h. 14.00 – 16.00 [Modulo 3.1](#)
Le competenze pedagogiche del Tecnico.

h. 16.00 – 19.00 [Modulo 3.1](#)
L'introduzione alla LTAD Italiana.

MERCOLEDI' 05 MARZO (on-line)

h. 14.00 – 16.00 [Modulo 3.2](#)
La programmazione didattica.

h. 16.00 – 19.00 [Modulo 2.1](#)
Il modello di prestazione e la base della progettazione e della valutazione dell'allenamento sportivo.

MERCOLEDI' 19 MARZO (on-line)

h. 14.00 – 16.00 [Modulo 2.2](#)
Le qualità condizionali in gioco: Forza, Velocità-Rapidità e Resistenza.

h. 16.00 – 19.00 [Modulo 3.3](#)
Pianificazione delle lezioni individuali e di gruppo.

VENERDI' 28 MARZO (in presenza)

h. 09.00 – 10.30 [Modulo 1.1](#)
Conoscenze relative al Regolamento di Gioco.

h. 10.30 – 13.00 [Modulo 1.3](#)
Conoscenze relative agli aspetti tecnici degli schemi dei movimenti di base.

h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo

h. 14.00 – 18.30 [Modulo 1.2](#)
Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi base.



SABATO 29 MARZO (in presenza)

h. 09.00 – 11.00 **Modulo 1.5**

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**

Pianificazione delle lezioni individuali e di gruppo.
Attività giovanile.

h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo

h. 14.00 – 16.00 **Modulo 2.3**

Capacità coordinative, mobilità articolare e sviluppo motorio.

h. 16.00 – 18.30 **Modulo 1.2 -1.4**

Conoscenze relative agli aspetti tecnici dei colpi base.
L'individuazione e la correzione degli errori.

DOMENICA 30 MARZO (in presenza)

ESAME CORSO ASSISTENTE ISTRUTTORE

h. 10.00 ESAME - Prova scritta

Commissione Esaminatrice

h. 13.00 ESAME - Prova pratica

Commissione Esaminatrice

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 semplici.	Imparare ad allenarsi. (maschi 9-12 anni, femmine 8-11 anni) 2-3 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 sportive generali ABCs Giochi divertenti	Sviluppare le abilità. (maschi 6-9 anni, femmine 6-8 anni) 3-4 sport diversi.	Abilità sportiva generale – ABC's - 1° Fase sensibile della velocità.

Obiettivi del corso:

- 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 la 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.

Docenti del corso: Marcus Berrett, Vinicio Menegozzi e Timothy James Simpson.

MODELLO DIDATTICO:

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, volée, 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 degli errori.
 - Identificare e correggere gli errori più comuni.
- 1.5 PDA - Progressioni semplici verso gli scambi semplici e giochi di 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.