



PROGRAMMA CORSO PER ASSISTENTE ISTRUTTORE FEDERALE

VENERDÌ 14 SETTEMBRE 2012

- h. 13.00 **ACCOGLIENZA E REGISTRAZIONE PARTECIPANTI**
- h. 14.00 **LEZIONE TEORICA**
Ruolo e responsabilità del tecnico – Gestione condizioni di sicurezza degli atleti
- h. 16.00 PAUSA**
- h. 16.15 **LEZIONE TEORICA**
Comunicazione allenatore atleta
- h. 18.30 **CONCLUSIONE**

SABATO 15 SETTEMBRE 2012

- h. 09.00 **LEZIONE TEORICA**
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 11.00 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Capacità motorie
- h. 13.00 PAUSA PRANZO**
- h. 14.30 **LEZIONE TEORICA**
Capacità motorie
- h. 16.30 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Capacità motorie applicate alle tecniche di base
- h. 18.30 **CONCLUSIONE**

DOMENICA 16 SETTEMBRE 2012

- h. 09.00 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 11.00 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Affondi e stabilizzazione
- h. 13.00 **LEZIONE TEORICA**
Osservazione e valutazione del comportamento tecnico tattico
- h. 14.00 **CONCLUSIONE**

VENERDÌ 12 OTTOBRE 2012

- h. 13.00 LEZIONE TEORICA**
Organizzazione della seduta di allenamento
- h. 14.00 LEZIONE TEORICA**
Principi di somministrazione del carico
- h. 11.00 ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Gli spostamenti in campo
- h. 18.00 CONCLUSIONE**

SABATO 13 OTTOBRE 2012

- h. 09.00 LEZIONE TEORICA**
Principi di somministrazione del carico
- h. 11.00 LEZIONE TEORICA – ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Test di somministrazione del carico
- h. 13.00 PAUSA PRANZO**
- h. 14.30 ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 16.30 LEZIONE TEORICA**
Lo swing – analisi della sequenza completa
- h. 18.30 CONCLUSIONE**

DOMENICA 14 OTTOBRE 2012

- h. 09.00 ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 11.00 LEZIONE TEORICA – ESERCITAZIONI IN CAMPO**
Prove teorico pratiche di organizzazione della seduta di allenamento
- h. 12.00 LEZIONE TEORICA**
Ripasso dei concetti da preparare per l'esame
- h. 13.00 CONCLUSIONE**

DOMENICA 11 NOVEMBRE 2012

ESAME ASSISTENTE TECNICO FEDERALE

- h. 09.00 ESAME – Commissione Esaminatrice**
Prova scritta
- h. 13.00 ESAME - Commissione Esaminatrice**
Prova orale – Prova pratica
- h. 15.00 CONCLUSIONE**