

PROGRAMMA DEL CORSO PER ISTRUTTORE FEDERALE STAGIONE 2016/17

VENERDÌ 16 DICEMBRE 2016

Docenti

h. 14.00 – 16.00
Il Coaching: LTAD, stili e strategie di insegnamento. Modulo 3.1 M. Berrett/T. Simpson

h. 16.00 – 18.00
Conoscenze relative agli aspetti tecnici di tutti i colpi. Modulo 1.1 M. Berrett/T. Simpson

h. 18.00 Conclusione.

SABATO 17 DICEMBRE 2016

h. 09.00 – 11.00
Conoscenze relative agli aspetti tecnici di tutti i colpi. Modulo 1.1 M. Berrett/T. Simpson

h. 11.00 – 13.00
Individuazione e correzione degli errori. Modulo 1.3 M. Berrett/T. Simpson

h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo

h. 14.00 – 18.00
Strutturazione dell'allenamento. Modulo 2.3 - 2.4 A. Procaccino/Mancini
Somministrazione dei test ed analisi dei risultati.

h. 18.00 Conclusione.

DOMENICA 18 DICEMBRE 2016

h. 09.00 – 11.00
PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte. Modulo 1.5 M. Berrett/T. Simpson

h. 11.00 – 13.00
Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi. Modulo 3.4 M. Berrett/T. Simpson

h. 13.00 Conclusione.

VENERDÌ 13 GENNAIO 2017

h. 14.00 – 16.00

Modulo 2.2 G. Mancini

Sviluppo delle qualità condizionali.

h. 16.00 – 18.00

Modulo 1.2 M. Berrett/T. Simpson

Conoscenze relative agli aspetti tecnici degli schemi di movimento specifici.

h. 18.00 Conclusione.

SABATO 14 GENNAIO 2017 (+ CORSO DI AGG.TO)

h. 09.00 – 11.00

Modulo 1.2 M. Berrett/ G. Mancini

Core stability.

h. 11.00 – 13.00

Modulo 1.2 M. Berrett/ G. Mancini

Core strength.

h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo

h. 14.00 – 18.00

Modulo 2.3 - 2.5 G. Mancini

Strutturazione dell'allenamento.

Prevenzione e risoluzione degli infortuni.

h. 18.00 Conclusione

DOMENICA 15 GENNAIO 2017

h. 09.00 – 11.00

Modulo 1.5 M. Berrett/T. Simpson

PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

h. 11.00 – 13.00

Modulo 3.4 M. Berrett/T. Simpson

Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.

h. 13.00 Conclusione

VENERDI' 3 FEBBRAIO 2017

h. 14.00 – 16.00

Il processo di insegnamento-apprendimento.

Modulo 3.2 A. Procaccino

h. 16.00 – 18.00

Conoscenze relative agli aspetti tecnici di tutti i colpi.

Modulo 1.1 M. Berrett/T. Simpson

SABATO 4 FEBBRAIO 2017

h. 09.00 – 13.00

Fasi di accrescimento del giovane.

Modulo 2.1 A. Procaccino

h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo

h. 14.00 – 16.00

Conoscenze relative agli aspetti tecnici di tutti i colpi.

Modulo 1.1 M. Berrett/T. Simpson

h. 16.00 – 18.00

Tattica di base e costruzione del punto.

Modulo 1.4 M. Berrett

h. 18.00 Conclusione.

DOMENICA 5 FEBBRAIO 2017

h. 09.00 – 11.00

PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

Modulo 1.5 M. Berrett/T. Simpson

h. 11.00 – 13.00

Pianificazione delle lezioni sulla base della realizzazione degli obiettivi.

Modulo 3.4 M. Berrett/T. Simpson

h. 13.00 Conclusione.

VENERDÌ 10 MARZO 2017

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

h. 16.00 – 18.00 Modulo 1.1 M. Berrett/T. Simpson
Conoscenze relative agli aspetti tecnici di tutti i colpi.

h. 18.00 Conclusione.

SABATO 11 MARZO 2017

h. 09.00 – 11.00 Modulo 1.1 M. Berrett
Conoscenze relative agli aspetti tecnici di tutti i colpi.

h. 11.00 – 13.00 Modulo 1.4 M. Berrett
Tattica di base e costruzione del punto.

h 13.00 – 14.00 Pausa pranzo

h. 14.00 – 18.00 Modulo 2.2 - 2.4 - 2.5 G. Mancini
Sviluppo delle qualità condizionali.
Somministrazione dei test ed analisi dei risultati.
Prevenzione e risoluzione degli infortuni.

h. 18.00 Conclusione.

DOMENICA 12 MARZO 2017

h. 09.00 – 11.00 Modulo 1.5 M. Berrett/T. Simpson
PDA – Progressioni verso gli scambi ed i giochi di abilità aperte.

h. 11.00 – 13.00 Modulo 3.4 M. Berrett/T. Simpson
Workshop conclusivo.

h. 13.00 Conclusione.

DOMENICA 21 MAGGIO 2017

ESAME CORSO ISTRUTTORE FEDERALE

h. 10.00 ESAME - Prova scritta Commissione Esaminatrice

h. 13.00 ESAME - Prova pratica Commissione Esaminatrice

h. 15.00 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 la precisione - 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.
- 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 agli aspetti tecnici di tutti i colpi.

- Cosa-Perché-Quando-Come di tutti i colpi.
- Insegnare Impugnatura, lungolinea, boast, volèe, kills, battuta, risposta, smorzata, pallonetto.

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 Individuazione e correzione dei errori.

- Identificare e correggere gli errori più comuni.

1.4 Tattica di base e costruzione del punto.

- La scelta dei colpi.
- Cambiamento di Altezza e velocità.
- Come Mettere l'avversario sotto pressione.
- 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.