



Comitato Regionale Campano

Napoli, 15 ottobre 2009

Prot. 2218/LC/ap

Ai Signori Corsisti

OGGETTO: Corso Istruttori Salerno – Avellino - Benevento.

Si rimette, in allegato, il calendario del corso in oggetto, che avrà inizio il prossimo 9 novembre presso la sala del CONI in Via R. Conforti, 17 – Salerno.

La quota per la partecipazione di € 100,00 deve essere versata al Comitato Provinciale di Salerno.

Cogliamo l'occasione per inviare distinti saluti.

Il Fiduciario Tecnico Regionale
Luciano Caputo

CORSO PER ISTRUTTORI DI ATLETICA LEGGERA

Salerno C.P. CONI - Via Conforti, 17

Programma didattico

Corso interprovinciale: Salerno – Avellino - Benevento

Sede: Coni Salerno – Stadio Vestuti.

Data inizio corso: novembre 2009

Data fine corso: febbraio 2010

Esami: marzo 2010

□ 1° modulo: introduzione del corso

data 9.11.09 16.30 19.30 (Alicchio - Del Naia – Delegato del GGG)

- Presentazione del corso - L'organizzazione sportiva atletica
- Il ruolo del Gruppo Giudici di Gara – La manifestazione di atletica –
- Cenni sul regolamento organico tecnico internazionale

Data 12.11.09 16.30 19.30 (Savino – Andreozzi)

- Attività promozionale scolastica e federale
- Le attività didattiche per la promozione dell'atletica
 - Organizzazione di giochi, percorsi e circuiti in atletica
 - Progetti speciali: Kids' Athletics (IAAF)
 - Progetti speciali: Game-land

DOCENTI: Prof. Sandro del Naia – Presidente Comitato Regionale Fidal Campania
Dott. Vittorio Savino – Vice Presidente Comitato Regionale Fidal Campania
Dott.a Rosaria Alicchio – Presidente Comitato Provinciale Fidal Salerno
Delegato GGG
Dott. Tonino Andreozzi – Attività Tecniche Territoriali – Fidal Nazionale

□ 2° modulo: aspetti teorici dell'allenamento giovanile

data 16.11.09 16.00 18.30 (Brancaccio)

- Caratteristiche generali della crescita fisica
 - I fattori che influenzano e regolano la crescita
 - Periodi e standard della crescita
 - Diagnosi delle misure antropometriche

Data 19.11.09 - 16.30 18.30 (Di Costanzo)

- Caratteristiche psicologiche nei giovani
 - Motivazione e personalità
 - Il ruolo del gioco
 - Abbandono precoce
 - Relazione istruttore-allievo

Data 23.11.09 16.00 18.30 (Brancaccio)

- Le basi anatomiche e fisiologiche
 - Il funzionamento dei grandi apparati
 - La contrazione muscolare
 - Il metabolismo energetico

DOCENTI: Dott.ssa Paola Brancaccio – Resp. Sanitario Fidal Campania
Dott.ssa Annamaria Di Costanzo – Psicologo Fidal Campania

□ **3° modulo: *gli insegnamenti di base in atletica***

data 26.11.09 **16.30 18.30 (Bellosguardo)**

- Teoria del movimento
 - I presupposti della prestazione motoria
 - Il consolidamento degli schemi motori di base
 - La formazione delle capacità motorie in atletica
 - Lo sviluppo delle capacità condizionali: forza, resistenza, velocità
 - Le capacità coordinative: caratteristiche e sviluppo

Data 30.11.09 **16.30 18.30 (Barba)**

- Metodologia dell'insegnamento
 - L'apprendimento: dalle abilità motorie alle abilità tecnico-sportive
 - Metodi e stili di insegnamento
 - La tecnica: feed-back e correzione degli errori
 - L'organizzazione di una seduta di allenamento

Data 3.12.09 **16.30 18.30 (Barba)**

- Mezzi e metodi dell'allenamento
- Organizzazione e programmazione dell'allenamento

- Orientamenti metodologici nei giovani

Data 10.12.09 **16.30 19.00 (Melchionda)**

- La prestazione in atletica leggera: le caratteristiche delle specialità
- Principi generali dell'allenamento giovanile: la multilateralità
- L'approccio all'atletica attraverso le prove multiple.

- La valutazione in età giovanile: test motori

Data 14.12.09 **16.30 18.30 (Barba)**

- La valutazione in età giovanile: caratteristiche dei test motori, rilevamento dei dati e norme di riferimento
- Somministrazione di una batteria di test

DOCENTI: Prof. Giuseppe Bellosguardo – Scuola Reg. dello Sport

Prof. Cosimo Melchionda – Fiduciario Tecnico Provinciale Fidal Salerno

Prof. Furio Barba – Scuola Reg. dello Sport - Docente Università Parthenope di Napoli

□ **4° modulo: *tecnica e didattica delle specialità***

- La corsa

Data 17.12.09 **16.30 18.30 (Caputo)**

- Elementi della tecnica di base della corsa
- La corsa veloce: tecnica e didattica
- Le staffette: tecnica e didattica
- Cenni sull'organizzazione dell'allenamento

Data 11.1.10 **16.30 18.30 (Pastore)**

- La corsa di resistenza: tecnica e didattica
- Cenni sull'organizzazione dell'allenamento

Data 14.1.10 **16.30 18.30 (Caputo)**

- La corsa ad ostacoli: tecnica e didattica
- Cenni sull'organizzazione dell'allenamento

Data 19.1.10 **16.30 19.00 (Caputo - Matrone) (pratica presso stadio Vestuti)**

- Esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di corsa
- La partenza dai blocchi
- Le staffette
- La corsa ad ostacoli

○ La marcia

- Data 21.1.10** **16.30 18.30 (Ciappa)**
- Elementi della tecnica di base nella marcia
 - Aspetti didattici della marcia
 - Esercitazioni per lo sviluppo della forza nella marcia
 - Cenni sull'organizzazione dell'allenamento
- Data 28.1.10** **16.30 18.30 (Ciappa) (pratica presso stadio Vestuti)**
- Esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di marcia

○ I salti

- Data 1.2.10** **16.30 19.30 (Sessa)**
- Elementi della tecnica di base dei salti in estensione
 - Elementi della tecnica di base del salto in lungo
 - Elementi della tecnica di base del salto triplo
 - Aspetti didattici comuni alle specialità
 - Cenni sull'organizzazione dell'allenamento
- Data 4.2.10** **16.00 19.30 (Sessa) (pratica salti in estensione presso stadio Vestuti)**
- Esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di salto
 - Esercitazioni per lo sviluppo della forza rapida nei salti
- Data 8.2.10** **16.00 19.00 (Sessa - Melchionda)**
- I salti in elevazione
 - Elementi della tecnica di base del salto con l'asta
 - Elementi della tecnica di base del salto in alto

○ I lanci

- Data 11.2.10** **16.00 19.00 (Cannalunga)**
- Elementi della tecnica di base dei lanci
 - Elementi della tecnica di base del lancio del giavellotto
 - Elementi della tecnica di base del lancio del disco
 - Esercitazioni per lo sviluppo della forza rapida nei lanci
 - Aspetti didattici comuni alle specialità
 - Cenni sull'organizzazione dell'allenamento
- Data 18.2.10** **16.00 19.30 (Sessa - Melchionda) (pratica salti in estensione presso stadio Vestuti)**
- Esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di salto
 - Esercitazioni per lo sviluppo della forza rapida nei salti
- Data 22.2.10** **16.30 18.30 (Melchionda)**
- Elementi della tecnica di base del getto del peso
 - Elementi della tecnica di base del lancio del martello
 - Esercitazioni per lo sviluppo della forza rapida nei lanci
 - Cenni sull'organizzazione dell'allenamento
- Data 25.2.10** **16.00 19.00 (Cannalunga - Melchionda) (pratica presso stadio Vestuti)**
- Esercitazioni per l'apprendimento della tecnica di lancio

○ La valutazione in età giovanile:

- data 1.3.10** **16.00 18.00 (Falciano)**
- Lo sviluppo della forza in età giovanile
- 18.00 19.00 (Caputo)**
- Chiusura del corso

DOCENTI: Prof. Luciano Caputo – Fiduciario Tecnico Regionale Fidal Campania
Prof. Davide Sessa – Staff Tecnico Regionale Fidal Campania
Prof. Elio Cannalonga – Staff Tecnico Regionale Fidal Campania
Prof. Cosimo Melchionda – Fiduciario Tecnico Provinciale Fidal Salerno
Sig. Pastore Luigi - Staff Tecnico Regionale Fidal Campania
Sig. Giuseppe Falciano- Staff Tecnico Regionale Fidal Campania
Dott. Giampaolo Ciappa – Staff Tecnico Regionale Fidal Campania
Sig. Massimo Matrone – Allenatore nazionale Fidal

Marzo 2010:

Esame finale: Tesina formulazione piano di lavoro annuale + questionario scritto + colloquio.