



CORSO PER TECNICI SPORTIVI FIBa

1° Livello SNaQ, Parte generale

Docente: Danilo Manstretta

29 Aprile 2017: Primo Modulo da 8 ore

METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO

9,00 – 11,00

L'età biologica e l'età cronologica

Le competenze pedagogiche del tecnico

11,00 – 13,00

Il processo insegnamento – apprendimento

Come osservare atleti e squadre

13,00 – 14,00 Pausa

14,00 – 16,00

Come motivare gli atleti

Come comunicare efficacemente

16,00-18,00

Laboratorio

Laboratorio didattico a distanza

30 Aprile 2017: Secondo Modulo da 8 ore

METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO

9,00 – 11,00

Le basi della prestazione, la progettazione e la valutazione dell'allenamento

11,00 – 13,00

Lo sviluppo motorio e capacità coordinative

13,00 – 14,00 Pausa

14,00 – 18,00

La mobilità articolare

La forza e la velocità-rapidità

La resistenza