



SCHEDA

ALLENATORE FIBa - TECNICO DI 2° LIVELLO

Inquadramento SNaQ Qualifica che consente una piena autonomia operativa del tecnico. L'allenatore di questo livello può operare, e progettare autonomamente attività, con atleti e partecipanti di ogni età, agonisti e non. Con gli agonisti opera normalmente a livello medio di qualificazione, assistendo atleti e squadre di livello regionale o nazionale. Lavora in condizione di complessità medio-basse, in società sportive di ridotte dimensioni o in staff articolati di società sportive di maggiori dimensioni. Questo livello di qualificazione richiede un'ulteriore formazione specializzata per coloro che vogliano migliorare la loro condizione lavorativa. Possono anche essere previsti compiti non complessi di supervisione e coordinamento di tecnici apprendisti.
Abilitazione F.I.Ba. • Addestramento e assistenza in gara di giocatori e squadre di livello regionale e nazionale; • Coordinamento di Aiuto Allenatori; • Docente per Corso di formazione di Aiuto Allenatore; • Tutor per tirocinio di un discente Aiuto Allenatore.
Requisiti minimi di ingresso al Corso • Qualifica di Aiuto Allenatore - Tecnico di 1° livello
Abilità e conoscenze da acquisire • possedere le conoscenze scientifiche del modello di prestazione del Badminton; • conoscere e saper presentare analiticamente la tecnica dei colpi fondamentali, dei colpi avanzati e la relativa applicazione tattica; • conoscere in modo analitico i principi tattici delle cinque discipline del Badminton; • progettare e condurre una singola sessione di allenamento; • pianificare obiettivi di medio termine (stagionale) per i giocatori; • predisporre mansioni ed esercitazioni da affidare ad Aiuto Allenatori; • sviluppare compiti e obiettivi specializzati ricevuti da un Allenatore di livello superiore; • relazionare all'Allenatore di livello superiore la prestazione dei giocatori in allenamento e in gara;
Durata • 96 ore di materie specifiche (lezioni teoriche e pratiche) • 36 ore di materie generali (lezioni teoriche) • 96 ore di tirocinio
Organizzazione del Corso Viene organizzato dall'Ufficio Formazione e Promozione FIBa; <i>2 Moduli da 16 ore + 3 Moduli da 24 ore + 1 Modulo da 28 ore</i>

Docenti del Corso • Materie specifiche: Tecnico di 3° livello/Docenti stranieri con esperienza; • Materie generali: Docente della Scuola dello Sport.
Tirocinio • Analisi di un Giocatore (Player Profile); • produzione di una relazione di una competizione di livello nazionale con valutazione sulla organizzazione e la prestazione dei giocatori.
Esame di abilitazione alla qualifica di Allenatore Si svolge entro i 12 mesi successivi alla conclusione del corso e consiste in : • Colloquio e valutazione del Player Profile e suggerimenti; • Test scritto di valutazione a risposta aperta su materie specifiche; • Test scritto di valutazione a risposta aperta su materie generali; • Prova pratica di presentazione analitica di una sessione di allenamento in base ad uno specifico periodo dell'anno e progressione di esercizi per l'apprendimento e il perfezionamento
Testo di Riferimento: BWF COACHING MANUAL LEVEL 2

PROPOSTA DIDATTICA

MATERIE GENERALI <i>Metodologia dell'insegnamento:</i> • La comunicazione e la motivazione; • Il coaching: stili e strategie d'insegnamento; • Strumenti di osservazione e valutazione in allenamento e gara; • Il processo di insegnamento-apprendimento; • Autoefficacia e motivazioni: la preparazione psicologica della gara; • L'etica dello sport: la gestione degli atleti e del talento. <i>Metodologia dell'allenamento:</i> • I fattori della prestazione e le caratteristiche dell'allenamento negli sport di racchetta; • Capacità motorie e mezzi di allenamento; • Il modello di prestazione: aspetti fisiologici, biomeccanici, tipo di compito da svolgere; • Principio di carico di lavoro e classificazione delle esercitazioni; • Basi della periodizzazione dell'allenamento e della valutazione; • L'alimentazione e sport; • Capacità motorie: fattori determinanti, sviluppo e mezzi di allenamento.
MATERIE SPECIFICHE ALLENAMENTO • Il processo di coaching; • Pianificazioni stagionali; • Capacità motorie; • Strutturare un allenamento; • Metodologie di apprendimento;

- Organizzazione di un gruppo;
- Revisione del coaching;
- Quando insegnare e cosa insegnare.

TECNICA

- Spin shot di rovescio (da destra a sinistra);
- Net shot incrociato di rovescio;
- Spin shot di rovescio (da sinistra a destra);
- Net shot incrociato di diritto;
- Spin shot di diritto (da sinistra a destra);
- Spin shot di diritto (da destra a sinistra);
- Drive di rovescio difensivo;
- Block incrociato di rovescio per il singolo;
- Block lungo linea di difesa per il singolo;
- Difesa alta e lunga di rovescio;
- Block incrociato di diritto per il singolo;
- Block lungo linea di diritto per il singolo;
- Drop di diritto incrociato con taglio opposto dall'angolo di rovescio;
- Drop di diritto tagliato e incrociato dall'angolo di diritto;
- Stik Smash lato di dritto;
- Drop di diritto lungo linea con taglio opposto dall'angolo di diritto;
- Drop di diritto tagliato e lungo linea dall'angolo di rovescio.

TATTICA

- Coach durante i tornei
- Osservazione del match
- Video analisi

FISIOLOGIA

- Il corpo umano;
- Lo scheletro;
- Il sistema muscolare;
- Il sistema linfatico;
- Le fibre muscolari;
- Il sistema digestivo;
- Il sistema cardiovascolare;
- Il sistema respiratorio;
- Il sistema energetico;
- Equilibrio;
- Coordinazione;
- Velocità, agilità e riposo;
- Resistenza;
- Flessibilità;
- Forza.

Regolamenti del Badminton

In questo livello un Allenatore, dal momento che si muove in autonomia, conosce le normative che regolano la Federazione e il settore di competenza. La lettura dei Regolamenti andrebbe proposta evidenziando le possibilità di carriera e incarichi in ambito federale.

Gli argomenti proposti sono:

- Statuto della F.I.Ba.
- Regolamento organico della F.I.Ba.
- Regolamento del Settore Tecnico (Allenatori)