



REQUISITI DI ACCESSO:

- Maturità conseguita
- Tecnico di 1° livello già acquisito



Livello CONI	II		
Crediti SNAQ	20 (6 abilità, 14 conoscenze)		
Ore di formazione	20 x 24 = 480		
TECNICO di 2° livello SNaQ			
Data	Argomenti del corso	Contenuti	Ore
12-mag	Arbitraggio	Regolamenti di gara per tutte le discipline	2
15-mag	Didattica	Responsabilità educative e sociali del Tecnico.	2
20-mag	Didattica	La leadership trasformativa	2
20-mag	Fisiologia	Sistemi energetici con particolari riferimenti agli SdC	4
26-mag	Fisiologia	Attivazione neuro-muscolare. Tipi di contrazione muscolare	2
28-mag	Metodologia	Modello di prestazione	2
03-giu	Metodologia	metodi di allenamento delle abilità coordinative con particolari riferimenti agli SdC	2
05-giu	Metodologia	metodi di allenamento della forza con particolari riferimenti agli SdC	4
09-giu	Metodologia	metodi di allenamento della resistenza con particolari riferimenti agli SdC	2
11-giu	Metodologia	metodi di allenamento della velocità e rapidità con particolari riferimenti agli SdC	2
16-giu	Metodologia	metodi di allenamento della mobilità articolare con particolari riferimenti agli SdC	2
18-giu	Alimentazione	Integrazione alimentare, tipi di integratori, finalità prestantive, integrazione negli SdC.	2
23-giu	Alimentazione	Raccomandazioni OMS sulla composizione corporea e livelli auspicabili per l'atleta. Limiti fisiologici salutari nella riduzione del peso ed effetti sulla prestazione.	2
25-giu	Doping	Elementi generali (tabella sostanze, effetti, legislazione)	2
01-lug	Traumatologia	Riduzione degli infortuni, patologie da sovraccarico negli SdC.	2
03-lug	Psicologia dello sport	Comunicazione: gestione del conflitto e della crisi.	2
08-lug	Psicologia dello sport	Teoria dell'allenamento delle abilità mentali con particolari riferimenti agli SdC	2
10-lug	Psicologia dello sport	Esercitazioni pratiche di Mental-training per gli SdC	4
14-lug	Metodologia e didattica	Tecnica, tattica e strategia negli SdC	2
16-lug	Periodizzazione	Teoria della Periodizzazione dell'allenamento con particolari riferimenti agli SdC	2
18-lug	Periodizzazione	Esercitazioni pratiche di Periodizzazione dell'allenamento	4
Totale parziale			50
TEE			
	Presentazione ed obiettivi	Presentazione del corso. I diritti del ragazzo-sportivo, i doveri del tecnico-educatore. Obiettivi dell'attività sportiva in età evolutiva.	2

	Psicologia dello sport	Aspetti psicologici e socio-pedagogici nell'insegnamento in età evolutiva.	2
	Attività agonistica	Aspetti psico-pedagogici nell'approccio alla pratica sportiva agonistica. La gestione del talento.	2
	Agenzie educative	Corretta gestione dei rapporti fra le varie agenzie educative (società sportiva, scuola e famiglia).	2
	Anatomia e Fisiologia	Aspetti anatomo-fisiologici dell'allenamento nella fascia 13-15 anni.	2
	Programmazione	Programmazione delle lezioni e dei cicli nella fascia 13-15 anni.	2
	Metodologia e didattica	Aspetti metodologici dell'allenamento in età evolutiva. Multidisciplinarietà e multilateralità. Proposte operative fascia 13-15 anni	4
	Metodologia dell'allenamento	Mezzi e metodi di allenamento delle capacità coordinative. Proposte operative fascia 13-15 anni	4
	Metodologia dell'allenamento	Mezzi e metodi di allenamento delle capacità fisiche. Proposte operative fascia 13-15 anni	4

Totale parziale	24
Totale ore di lezione frontale	74
Ore di studio a casa	260
Ore stage e pratica	146
TOTALE ORE	480
TOTALE SNAQ previsto	480