

# Metodologia dell'insegnamento e dell'allenamento

Corso per Tecnici Sportivi di Base



## FINALITÀ:

Recependo le indicazioni della Scuola Nazionale dello Sport i corsi per tecnici di base - educatori e tecnici sportivi saranno strutturati su quella che viene chiamata "formazione trasversale" che si sviluppa su due moduli distinti: il primo "metodologia dell'insegnamento" ed il secondo "metodologia dell'allenamento".

L'attestato rilasciato alla fine del corso sarà documento utile per potersi inserire nei percorsi di formazione delle Federazioni Sportive Nazionali, delle Discipline Sportive Associate e degli Enti di Promozione Sportiva che condivideranno il percorso, in linea con la quantificazione crediti SNaQ.

Il corso è organizzato in collaborazione con il CONI Point di Cremona.



## DESTINATARI

Aspiranti tecnici Sportivi delle ASD e SSD della provincia di Cremona. E' prevista una quota di 40€ da versare al CR CONI Lombardia **dopo la ricezione della mail di conferma (che verrà inviata dopo la chiusura delle iscrizioni)**



## ISCRIZIONI

**Entro il 13 settembre**  
Per iscriversi è necessario registrarsi sul sito del CONI Lombardia Scuola Regionale dello Sport  
<http://lombardia.coni.it/lombardia/scuola-regionale.html>  
ed effettuare l'iscrizione



## SEDE E CONTATTI

SEDE DEL CORSO:  
SSD Sport Center,  
via Sinigaglia 4/a  
CREMA (CR)  
Coordinatore del Corso:  
**Giovanni Radi**

per informazioni:  
0372/21438 [cremona@coni.it](mailto:cremona@coni.it)

## NOTE:

- Durante le lezioni pratiche è necessario presentarsi con abbigliamento adeguato -
- Per conseguire l'attestato di partecipazione è necessario presenziare all'80% delle lezioni -

**Il Comitato Regionale CONI Lombardia declina ogni responsabilità per quanto possa accadere prima, durante e dopo ai partecipanti, terzi e cose preendenti parte all'iniziativa**

## PROGRAMMA

### Metodologia dell'insegnamento

19/09/2017	20.00 - 23.00	Saluti istituzionali e apertura dei lavori - <b>TIZIANO ZINI</b> Delegato CONI Point Cremona L'età biologica e l'età cronologica
26/09/2017	20.00 - 23.00	Le competenze pedagogiche del tecnico - <b>Prof. MAURO BONALI</b> e <b>Dott.ssa LINA STEFANINI</b> Il processo insegnamento - apprendimento. Come osservare atleti e squadre - <b>Prof. MAURO BONALI</b>
29/09/2017	20.00 - 23.00	Come motivare gli atleti - <b>Dott.ssa MARIANNA GESMUNDO</b>
03/10/2017	20.00 - 23.00	Come comunicare efficacemente - <b>Dott.ssa MARIANNA GESMUNDO</b>
07/10/2017	08.30 - 12.30	Laboratorio in palestra - <b>Prof. MAURO BONALI</b>

### Metodologia dell'allenamento

10/10/2017	20.00 - 23.00	Le basi della prestazione, la progettazione e la valutazione dell'allenamento <b>Prof. DANILO MANSTRETTA</b>
13/10/2017	20.00 - 23.00	Lo sviluppo motorio e le capacità coordinative - <b>Prof. ROBERTO LANZAROTTI</b>
17/10/2017	20.00 - 23.00	Aspetti teorici, metodologici e didattici della mobilità articolare, della forza, della rapidità/velocità e della resistenza - <b>Prof. STEFANO COSULICH</b>
21/10/2017	08.30 - 12.30	Lezione pratica sullo sviluppo delle capacità condizionali (forza, rapidità/velocità e resistenza) <b>Prof. STEFANO COSULICH</b>
28/10/2017	09.00 - 12.00	Lezione pratica sullo sviluppo delle capacità motorie: capacità coordinative e mobilità articolare <b>Prof. STEFANO COSULICH</b>

## PRESENTAZIONE DOCENTI



### Mauro Bonali

Docente di teoria, tecnica e didattica degli sport individuali e di squadra presso il Corso di Laurea di Scienze Motorie dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano; Tecnico FIGC, formatore in ambito scolastico e sportivo età evolutiva e sport di squadra

### Lina Stefanini

Pedagogista dell'Assessorato alle Politiche Educative del Comune di Cremona, formatore in ambito scolastico e sportivo età evolutiva e sport di squadra

### Marianna Gesmundo

Psicologa specializzata in Psicologia dello Sport. Collabora, come formatore del settore giovanile, con diverse Società Sportive e con la squadra di hockey su pista Amatori Wasken Lodi serie A1

### Daniilo Manstretta

Ordinario in ruolo per le Scienze Motorie e Sportive; formatore FIP settore Giovanile Scuola e Minibasket. Coordinatore Tecnico Territoriale FIP, responsabile della formazione per i corsi nazionali FIBA. E' stato Referente Università Cattolica del Sacro cuore Corsi di specializzazione SSIS

### Roberto Lanzarotti

Insegnante di Educazione Fisica; formatore e Coordinatore nei corsi territoriali CONI. TUTOR Tirocinanti TFA - Università degli Studi di Pavia

### Stefano Cosulich

Laureato in Scienze motorie, allenatore specialista FIDAL settore salti, preparatore atletico FIT, docente regionale FIDAL e CSI. Attualmente Fiduciario Tecnico Provinciale FIDAL e allenatore settore salti presso la società Cremona Sportiva Atletica Arvedi.