

Programma corso Allenatori FINP SNaQ – COD. 2106

SESSIONE WEBINAR

RISERVATA A CHI SVOLGE IL CORSO SEGUENDO PERCORSO 2.B per istruttori FINP

SABATO 12 OTTOBRE SESSIONE POMERIDIANA

Metodologia allenamento (parte prima)

Approccio alla programmazione (parte prima)

DOMENICA 13 OTTOBRE SESSIONE MATTUTINA

Approccio alla programmazione (parte seconda)

Periodizzazione e somministrazione del carico (parte prima)

SESSIONE WEBINAR

APERTA A TUTTI I CORSISTI (PERCORSO 2.A e 2.B)

MERCOLEDÌ 16 OTTOBRE 20.30 – 22.30

Le Tipologie di disabilità fisica, motoria e sensoriali

VENERDÌ 18 OTTOBRE 19.30 – 22.30

Prevenzioni infortuni

Normativa Antidoping

Introduzione ai principi di una buona alimentazione

LUNEDÌ 21 OTTOBRE 20.30 -22.30

Elementi di preparazione atletica

SESSIONE IN PRESENZA

GIOVEDÌ 24 OTTOBRE SESSIONE POMERIDIANA

Accredito corsisti esclusivamente del percorso 2.B a partire dalle 13.00

Lezioni a partire dalle 15.00

Metodologia allenamento (parte seconda)

Approccio alla programmazione (parte terza)

Periodizzazione e somministrazione del carico (Dalla teoria alla pratica - laboratorio)

SESSIONE IN PRESENZA

APERTA A TUTTI I CORSISTI (PERCORSO 2.A e 2.B)

VENERDÌ 25 OTTOBRE – SESSIONE MATTUTINA

Accredito corsisti a partire dalle 8.00

Presentazione e obiettivi del corso

Ricerca efficacia nella nuotata nelle varie classi

VENERDÌ 25 OTTOBRE - SESSIONE POMERIDIANA

Ricerca efficacia nella nuotata nelle varie classi

SABATO 26 OTTOBRE - SESSIONE MATTUTINA

Classificazioni: Come leggere ed utilizzare la classificazione di un proprio atleta nella programmazione del lavoro

Regolamento tecnico e peculiarità (partenze, virate, cambi staffette)

SABATO 26 OTTOBRE - SESSIONE POMERIDIANA

Allenamento condizionale adattato

LABORATORIO DIDATTICO costruire una sessione di allenamento

DOMENICA 27 OTTOBRE SESSIONE MATTUTINA

LABORATORIO DIDATTICO esposizione lavori

Aspetti specifici della conduzione di un gruppo

Il programma aggiornato con i docenti verrà pubblicato entro il 30 settembre 2024.