



## **PROGRAMMA CORSO PER ASSISTENTE ISTRUTTORE FEDERALE**

### ***VENERDÌ 27 SETTEMBRE 2013***

- h. 13.00 **ACCOGLIENZA E REGISTRAZIONE PARTECIPANTI**
- h. 14.00 **LEZIONE TEORICA**  
Ruolo e responsabilità del tecnico – Gestione condizioni di sicurezza degli atleti
- h. 16.00 PAUSA**
- h. 16.15 **LEZIONE TEORICA**  
Comunicazione allenatore atleta
- h. 18.30 **CONCLUSIONE**

### ***SABATO 28 SETTEMBRE 2013***

- h. 09.00 **LEZIONE TEORICA**  
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 11.00 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Capacità motorie
- h. 13.00 PAUSA PRANZO**
- h. 14.30 **LEZIONE TEORICA**  
Capacità motorie
- h. 16.30 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Capacità motorie applicate alle tecniche di base
- h. 18.30 **CONCLUSIONE**

### ***DOMENICA 29 SETTEMBRE 2013***

- h. 09.00 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 11.00 **ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Affondi e stabilizzazione
- h. 13.00 **LEZIONE TEORICA**  
Osservazione e valutazione del comportamento tecnico tattico
- h. 14.00 **CONCLUSIONE**

## ***VENERDÌ 25 OTTOBRE 2013***

- h. 13.00 LEZIONE TEORICA**  
Organizzazione della seduta di allenamento
- h. 14.00 LEZIONE TEORICA**  
Principi di somministrazione del carico
- h. 11.00 ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Gli spostamenti in campo
- h. 18.00 CONCLUSIONE**

## ***SABATO 26 OTTOBRE 2013***

- h. 09.00 LEZIONE TEORICA**  
Principi di somministrazione del carico
- h. 11.00 LEZIONE TEORICA – ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Test di somministrazione del carico
- h. 13.00 PAUSA PRANZO**
- h. 14.30 ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 16.30 LEZIONE TEORICA**  
Lo swing – analisi della sequenza completa
- h. 18.30 CONCLUSIONE**

## ***DOMENICA 27 OTTOBRE 2013***

- h. 09.00 ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Tecnica di base (i fondamentali)
- h. 11.00 LEZIONE TEORICA – ESERCITAZIONI IN CAMPO**  
Prove teorico pratiche di organizzazione della seduta di allenamento
- h. 12.00 LEZIONE TEORICA**  
Ripasso dei concetti da preparare per l'esame
- h. 13.00 CONCLUSIONE**

## ***DOMENICA 01 DICEMBRE 2013***

### **ESAME ASSISTENTE TECNICO FEDERALE**

- h. 09.00 ESAME – Commissione Esaminatrice**  
Prova scritta
- h. 13.00 ESAME - Commissione Esaminatrice**  
Prova orale – Prova pratica
- h. 15.00 CONCLUSIONE**