



Codice Corso: Z12-24_1-MDZA.AC_1

Codice Corso: Z13-24_1-MDZA.AC_1

CORSO DI SPECIALIZZAZIONE ALLENATORE DI CLUB 2024

PROGRAMMA

OnLine su Piattaforma Teams: Presentazione del corso e Lezioni

12/02/2024	Aula on line	
Ore 19.00 – 19.20	Saluti di Benvenuto- introduzione al corso	<i>C.F. Guido Ricetto P.Z. Franco Pappagallo P.Z. Adriano Filippi</i>
Ore 19.20 - 19.40	Presentazione dello Staff e programma del corso	<i>A. Santalena</i>
Ore 19.40 - 20.10	Consegna Titoli delle Tesine e illustrazione del lavoro da svolgere	<i>A. Santalena</i>
Ore 20.10 – 20.30	Illustrazione dello svolgimento Test di preingresso	<i>R. Spanu</i>
Ore 20.30 – 21.30	Test di Preingresso	

13/02/2024	Aula on line	
Ore 19.00 – 19.50	RRS: Introduzione al regolamento di Regata W.S.	<i>G. Lallai</i>
Ore 19.50 – 20.40	Formazione del Gruppo Agonistico	<i>L. Miani</i>
Ore 20.40 - 21.30	La comunicazione tra il Coach e l'Atleta	<i>G. Elena</i>

14/02/2024	Aula on line	
Ore 19.00 – 19.50	I principi della metodologia dell'insegnamento	<i>M. Conti</i>
Ore 19.50 – 20.40	I fondamentali della preparazione fisica	<i>C. Panada</i>
Ore 20.40 – 21.10	Responsabilità dell'Allenatore	<i>M. Iovino</i>



Codice Corso: Z12-24_1-MDZA.AC_1

Codice Corso: Z13-24_1-MDZA.AC_1

In Presenza: dal 23/02/2024 al 25/02/2024

23/02/2024	Aula	
Ore 08.30 - 09.00	Arrivo e presentazione dei partecipanti	Staff XII ^a e XIII ^a Zona Staff Formazione
Ore 09.00 - 9.30	La figura dell'istruttore Professionale e Sportivo	C. F. Guido Ricetto
Ore 9.30 - 10.30	La figura dell'Allenatore di Club	A. Santalena
Ore 10.30 -11.30	Prevenzione e sicurezza nell'attività agonistica	P. Sasso
Ore 11.30 - 13.00	L'allenamento di un gruppo agonistico	P. Fachin
	<i>Pausa Pranzo</i>	
Ore 14.30 -14.45	Briefing– programma esercitazione in acqua	P. Fachin – P. Sasso
Ore 14.45 -17.30	Esercitazione in acqua a seguire debriefing e laboratorio	P. Fachin – P. Sasso
Ore 17.30 – 19.00	Analisi degli esercizi fondamentali per la regata	M. Demarch
Ore 19.00 – 20.00	Esposizione Tesi dei candidati	Staff Formazione
	<i>Cena</i>	

24/02/2024	Aula	
Ore 8.30 - 10.00	I dispositivi utili all'allenatore	D. Malgarise
Ore 10.00 - 11.30	RRS: Definizioni, parte 2 ^a - Regola 42	G. Lallai
Ore 11.30 -13.00	RRS come si gestisce: a) una Protesta b) una Richiesta di Riparazione	G. Lallai
	<i>Pausa Pranzo</i>	
Ore 14.30 – 15.30	Come preparare l'atleta	F. Daniele



Codice Corso: Z12-24_1-MDZA.AC_1

Codice Corso: Z13-24_1-MDZA.AC_1

Ore 15.30 - 16.30	La programmazione dell'allenamento e di una sessione d'allenamento	<i>F. Daniele</i>
Ore 16.00 – 18.00	Laboratorio: la valutazione della prestazione	<i>Staff Formazione</i>
Ore 18.00 – 20.00	Esposizione Tesi dei candidati	<i>Staff Formazione</i>
	<i>Cena</i>	

25/02/2024	Aula	
Ore 8.30-11.00	Presentazione previsioni meteo (fatta dai gruppi di lavoro) e lezione meteorologia	<i>R. Spanu</i>
Ore 11.00 - 12.30	Esposizione Tesi dei candidati	<i>Staff Formazione</i>
	<i>Pausa Pranzo</i>	
Ore 14.30 - 16.30	Controllo sulle attività svolte nel corso	<i>Staff Formazione</i>
Ore 16.30 - 17.30	Test di verifica e Questionario di Gradimento	<i>Staff Formazione</i>
Ore - 18.00	Chiusura del corso	<i>Staff Formazione</i>

STAFF DOCENTI:

Guido Ricetto	Consigliere Federale Responsabile Formazione Istruttori FIV
Franco Pappagallo	Presidente 12 ^a Zona FIV
Adriano Filippi	Presidente 13 ^a Zona FIV
Antonio Santalena	Coordinatore del Corso "AC"
Dario Malgarise	Docente – tecnica
Paola Fachin	Docente - Metodologia dell'allenamento
Riccardo Spanu	Docente – Meteorologia
Giuseppe Lallai	Docente - UdR



Codice Corso: Z12-24_1-MDZA.AC_1

Codice Corso: Z13-24_1-MDZA.AC_1

Federico Daniele	Docente – Preparazione Fisica
Maurizio Demarch	Docente - Tecnica
Paolo Sasso	Docente – Prevenzione e Sicurezza
Cristiano Panada	Docente - Scienze Motorie
Micaela Conti	Docente – Tecnica
Maurizio Iovino	Docente – Responsabilità Giuridica
Giorgio Elena	Docente - Metodologia
Lucia Miani	Docente - Metodologia

*N.B. il presente programma potrà subire variazioni che verranno prontamente comunicate agli Allievi.
Gli orari completi per la discussione delle Tesine verranno comunicati durante le lezioni in presenza.*