



## **Corso per Tecnici 1° livello di Danza Sportiva**

**5– 6 Aprile 2019**

**Royal Hotel – Casabianca di Fermo (FE)**

### **Programma Giorno 1**

*ore 09.00 – 10.00 Presentazione Corso - Formazione SNaQ - Figura del tecnico all'interno dell'Ordinamento CONI, inquadramento di legge e responsabilità del tecnico*

*ore 10.00 – 11.00 La tutela sanitaria e la sicurezza nel mondo sportivo dilettantistico.*

*ore 11.00 – 13.00 Psicologia dello Sport – Il Gestalt Sport Coaching e la Consapevolezza per l'azione.*

*ore 13.00 – 14.00 Pausa*

*ore 14.00 – 16.00 Cibo per la Vittoria – Controllare la propria alimentazione e migliorare la prestazione sportiva.*

*ore 16.00 – 18.00 Metodologia dell'insegnamento (parte 1) - Insegnare ad Insegnare: Il tecnico sportivo consapevole e punto di riferimento per gli atleti.*

### **Programma Giorno 2**

*ore 09.00 – 11.00 Metodologia dell'insegnamento (parte 2) - L'insegnamento e i suoi rapporti pedagogici*

*ore 11.00 – 13.00 Metodologia dell'allenamento (parte 1) - Valutazione del modello di prestazione e funzionale della danza*

*ore 13.00 – 14.00 Pausa*

*ore 14.00 – 16.00 Metodologia dell'allenamento (parte 2) - Proposta metodologica dell'allenamento per la danza: mobilità articolare, forza e controllo motorio*

*ore 16.00 – 17.30 La Comunicazione - Elemento fondamentale nella Psicologia Sportiva*

*ore 17.30 – 18.00 Conclusione dei lavori*