



**La Scuola Regionale dello Sport d'Abruzzo organizza
un seminario sul tema:**

“Preparazione Fisico-Aletica nei Giochi di Squadra dei Settori Giovanili”

Sabato 22 aprile 2017

**Istituto Alberghiero “Di Poppa”
Via Felice Barnabei, 2, 64100 Teramo TE**

Finalità

Durante il corso saranno trattati i presupposti teorici e pratici per una corretta ed efficace preparazione fisico-atletica nei giochi di squadra dei settori giovanili. In particolare, gli argomenti trattati nella parte teorica e nella parte pratica saranno i seguenti:

PARTE TEORICA

- Il “Modello Integrato” nei Giochi di Squadra
- Come gestire le “Complessità” della Preparazione
- Le caratteristiche Fisico-Aletiche del Giocatore
- La “Costruzione” del futuro Giocatore nelle varie fasi dello sviluppo Psico-Fisico
- Il rapporto tra Preparazione F.A. e Tecnica
- Le problematiche del Recupero
- Le problematiche della Specializzazione Precoce
- Il Controllo dell'Allenamento

PARTE PRATICA

- L'organizzazione della fase iniziale dell'unità di allenamento
- Concetti ed esercitazioni pratiche per lo sviluppo della Forza nelle specifiche fasce d'età
- Concetti ed esercitazioni pratiche per lo sviluppo della Velocità-Rapidità nelle specifiche fasce d'età
- Concetti ed esercitazioni pratiche per lo sviluppo della “Resistenza” nelle specifiche fasce d'età

Il seminario avrà carattere teorico-pratico, in quanto sono previste presentazioni teoriche e proposte applicative. Si consiglia, pertanto, un abbigliamento sportivo.



Destinatari

L'incontro è rivolto, in particolare, a tecnici sportivi, preparatori fisici, insegnanti di educazione fisica, laureati in scienze motorie e studenti in scienze motorie.

Relatore

Prof. Claudio Mazzaufò

Docente della Scuola Regionale dello Sport d'Abruzzo e presso le Università dell'Aquila e di Chieti-Pescara

Programma

Sabato, 22 aprile 2017

- | | |
|------------------------|---|
| Ore 8:30 | Accredito dei partecipanti |
| Ore 9:00-11:00 | Inizio seminario |
| Ore 11:00-11:30 | Pausa |
| Ore 11:30-13:00 | Continuazione seminario |
| Ore 13:00-14:00 | Pausa pranzo |
| Ore 14:00-16:00 | Continuazione seminario |
| Ore 16:00-16:30 | Pausa |
| Ore 16:30-18:30 | Continuazione seminario. Conclusione e consegna attestati |

NUMERO MASSIMO PARTECIPANTI: 80

L'iscrizione gratuita va effettuata non oltre il 18 aprile 2017 all'indirizzo:
<http://abruzzo.coni.it/abruzzo/scuola-regionale/>