



Corso di aggiornamento

“Allenare le prime fasce di settore giovanile: Under 13 e Under 14”

Modalità di partecipazione

La Commissione Regionale Allenatori del Lazio organizza il Corso di aggiornamento “Allenare le prime fasce di settore giovanile: Under 13 e Under 14”.

Finalità

L'obiettivo del corso è quello di fornire le competenze di base, teorico/pratiche, per poter sensibilizzare gli allenatori a programmare e sviluppare metodologie e piani di allenamento, indirizzati all'avviamento all'attività sportiva, adeguati ad una fascia di età molto critica e delicata.

Destinatari

Il corso è aperto ad un numero massimo di 50 partecipanti, **farà fede la data e l'orario di arrivo del modulo di iscrizione**, ed è rivolto principalmente ai tesserati con qualifica di “Allenatore Regionale in Formazione” e “Allenatore Regionale”. Tutti i tesserati CNA, in regola con il rinnovo della tessera per l'attuale anno sportivo, possono comunque iscriversi e partecipare, compresi i Preparatori Fisici. **Il corso verrà attivato se si raggiungerà un numero minimo di 30 iscritti.**

Periodo di svolgimento

Il corso si articolerà in tre appuntamenti in presenza di 4 ore ciascuno secondo il seguente programma:

- Sabato 15/03/2025 – ore 9:00/13:00;
- Sabato 22/03/2025 – ore 9:00/13:00;
- Sabato 29/03/2025 – ore 9:00/13:00.

Tutte le lezioni si svolgeranno presso la Palestra Roma Eur, entrata in via Carlo Alfonso Nallino

Docenti

Il corso sarà coordinato da Raffaele Imbrogno, Formatore Nazionale della Commissione Regionale Allenatori del Lazio, e saranno coinvolti docenti esperti della materia.

Certificazione e Frequenza

Il lavoro previsto è teorico/pratico per cui bisognerà presenziare alle lezioni in abbigliamento da gioco e sarà necessario consegnare un certificato medico di idoneità sportiva in corso di validità, per attività “non agonistica” o “agonistica”, che verrà restituito a fine corso. Al termine verrà rilasciato, a tutti gli iscritti che avranno completato il percorso formativo, un attestato di partecipazione. La frequenza alle lezioni è obbligatoria e non saranno ammesse assenze.



Quota di partecipazione e modalità di iscrizione

La quota di partecipazione è di 30 euro che dovrà essere versata sul Conto Corrente della BNL intestato a F.I.P., Comitato Regionale Lazio della F.I.P., L.re Flaminio 80, 00196 Roma - Codice IBAN IT28V01005033090000000001204 specificando nella causale "Nome e Cognome - Iscrizione al corso - Allenare le prime fasce di settore giovanile: Under 13 e Under 14".

Avviso importante: PER L'ISCRIZIONE NON SI DEVE UTILIZZARE L'ACCOUNT PERSONALE MYFIP

La domanda per l'ammissione al corso dovrà essere inviata all'indirizzo mail cna@lazio.fip.it entro Mercoledì **05/03/2025**, utilizzando il modulo allegato e accompagnata dalla ricevuta del bonifico che attesta il pagamento della quota. Al superamento del limite massimo dei partecipanti le quote versate verranno restituite.

Marco Tamantini
Presidente della C.R.A. del Lazio

Programma, contenuti e relatori del corso

1° giorno: 4 ore – Sabato 15/03/2025 (Relatori: M. Tamantini – T. Fiori – R. Imbrogno)

- 9:00/9:30 - Introduzione: quali obiettivi a questa età
- 9:30/10:00 - Quali approcci metodologici
- 10:00/11:00 – Accrescimento, sviluppo fisico e apprendimento motorio
- 11:00/12:00 - Sviluppo e adattamento delle capacità motorie
- 12:00/13:00 - La preparazione fisica a 12 e 13 anni – teoria

2° giorno: 4 ore – Sabato 22/03/2025 (Relatori: T. Fiori – A. Gigli – R. Imbrogno)

- 9:00/10:00 - La preparazione fisica a 12 e 13 anni – pratica
- 10:00/13:00 - L'apprendimento della tecnica: Fasi/problematiche/evoluzione
Palleggio/tiro/passaggio/difesa

3° giorno: 4 ore – Sabato 29/03/2025 (Relatori: U. Fanciullo - M. Tamantini – R. Imbrogno)

- 9:00/10:00 - Quale tattica: Per vincere o per imparare?
- 10:00/12:30 - L'insegnamento tattico:
Contropiede/attacco e difesa individuale/attacco e difesa a zona
- 12:00/13:00 - Conclusioni



Modulo di iscrizione al Corso

“Allenare le prime fasce di settore giovanile: Under 13 e Under 14”

Il/La Sottoscritto/a _____
Nato/a _____
Provincia _____ Regione _____
Stato _____ Nazionalità _____
Cittadinanza _____ Data di Nascita _____
Codice Fiscale _____
Residente in Via _____
Comune _____
Provincia _____ Regione _____
Cap _____ Cellulare _____
Indirizzo e-mail _____
Professione _____ Titolo di Studio _____

Qualifica Federale:

☐ Allenatore Regionale in Formazione	Numero Tessera: _____
☐ Allenatore Regionale	Numero Tessera: _____
☐ Ex Istruttore settore giovanile (Allenatore Regionale)	Numero Tessera: _____
☐ Allenatore	Numero Tessera: _____
☐ Allenatore Nazionale	Numero Tessera: _____
☐ Preparatore Fisico di Base	Numero Tessera: _____
☐ Preparatore Fisico	Numero Tessera: _____

CHIEDE l'iscrizione al Corso “Allenare le prime fasce di settore giovanile: Under 13 e Under 14

Si impegna a versare la quota di iscrizione prevista di 30 euro

_____ li ____/____/2025

Firma del richiedente: _____