

# **CORSO PER PREPARATORE FISICO ATLETICO NEGLI SPORT DI SQUADRA**

**NAPOLI 18 APRILE - 21 MAGGIO 2015**

## **PREMESSA**

L'efficienza di una moderna preparazione è sempre più caratterizzata da una adeguata integrazione tra lo sviluppo delle capacità organiche muscolari ed un aumento del livello delle abilità tecniche specifiche della disciplina di riferimento. Il corso di formazione di preparatore fisico per sport di squadra intende orientare il corsista alle attuali metodiche dello sviluppo della condizione fisica-atletica attraverso sistemi di allenamenti integrati. Un ampio spazio è dedicato poi sia agli aspetti teorici e pratici al fine di poter creare dei protocolli di preparazione fisica atletica per gli atleti di sport di squadra con particolare modalità di valutazioni funzionali e biomeccaniche dei diversi fattori della prestazione di riferimento sia alla gestione dei dati di valutazione.

## **OBIETTIVI**

Fornire specifiche competenze di preparazione fisica atletica per gli sport di squadra, sia teoriche e pratiche su attuali metodologie di allenamento, sia a carico naturale e sia con l'ausilio di attrezzature specifiche. Le competenze del corsista saranno supportate da elementi di Biologia dello sport, Fisiologia, Medicina dello Sport, Biomeccanica funzionale, Nutrizione, Ordinamento Sportivo, Metodologia di allenamento generale e specifico di settori. La parte pratica mirerà alla creazione di protocolli di valutazione, monitoraggio di lavoro per gli atleti degli sport di squadra.

## **DESTINATARI**

Laureati e laureandi in Scienze Motorie, Tecnici ed Istruttori di Federazioni Sportive e Discipline Associate in possesso di tessera federale e che abbiano compiuto i diciotto anni d'età.

## **DURATA**

Il corso avrà inizio il 18 aprile e terminerà il 21 maggio 2015. Sarà suddiviso in nove giornate di formazione teorico-pratica per un totale di 50 ore.

## STRUTTURA DIDATTICA

Per il conseguimento degli obiettivi formativi e didattici, il corso prevede i seguenti moduli:

**Modulo 1** area psico-pedagogica

**Modulo 2** area medica

**Modulo 3** area della disabilità

**Modulo 4** area tecnica-metodologica

**Modulo 5** area giuridico - fiscale

**Modulo 6** informatica e statistica

**Modulo 7** la preparazione atletica di sette sport di squadra (basket in carrozzina, calcio, pallacanestro, pallamano, pallanuoto, pallavolo e rugby)

**Modulo 8** pratica di tecnica metodologica

**Modulo 9** conoscenza ed uso delle attrezzature

## PROCESSO DIDATTICO

I docenti della scuola regionale dello sport adotteranno le seguenti metodologie didattiche:

- Lezioni frontali in aula con ausilio di sussidi audiovisivi;
- Discussioni in aula per eventuali approfondimenti degli argomenti trattati;
- Lezioni pratiche da svolgere in palestra;
- Lavori singoli e/o gruppo;
- Valutazione finale.

La valutazione finale sarà realizzata attraverso l'elaborazione di una tesina, concordata col Coordinatore, di almeno 30 pagine e/o in formato digitale su materie e argomenti trattati durante il corso e di un colloquio orale. Ad entrambe le prove verrà attribuito un punteggio in trenta/trentesimi. La valutazione sarà ritenuta positiva se al corsista verrà attribuito un punteggio di almeno diciotto/trentesimi ad ogni singola prova.

## SEDE

Il corso si effettuerà nei saloni della sede del C. R. CONI Campania di via Alessandro Longo 46/E - Napoli e presso la Scuola Paritaria San Paolo via C. Alvaro - Monteruscello Pozzuoli.

## CALENDARIO

### Giorno 18 aprile 2015 - sede CONI

**ore 9,30**

Presentazione del corso

Dott. Cosimo Sibilia

Presidente della SRdS della Campania

Prof. Antonino Chieffo

Direttore Scientifico della SRdS della Campania

Prof. Sergio Roncelli

Delegato CONI per la provincia di Napoli

Prof. Geremia Di Costanzo      Coordinatore del corso

**Ore 9,30 - 11,30**                      **MODULO 4**

Ruolo del preparatore fisico atletico tra etica e professionalità.

Prof. Armando Sangiorgio      Docente della SRdS della Campania

**Ore 11,30 - 13,30**                      **MODULO 1**

Elementi di metodologia dell'insegnamento e dell'apprendimento nello sport.

Prof. Francesco Addeo              Docente della SRdS della Campania

**ore 13,30 - 14,30**                      **Intervallo**

**ore 14,30 - 16,30**                      **MODULO 7**

Il ruolo del preparatore atletico nel CALCIO. Mezzi e metodi di allenamento.

Prof: Corrado Saccone              Preparatore atletico della SS Calcio Napoli

### **Giorno 19 aprile 2015 - Istituto S. Paolo**

**ore 8,30 - 10,25**                      **MODULO 7**

Il ruolo del preparatore atletico nella PALLAVOLO. Mezzi e metodi di allenamento.

Prof. Mario Petruzzo              Docente della SRdS della Campania

**ore 10,25 - 10,35**                      **Intervallo**

**ore 10,35 - 13,30**                      **MODULO 4**

Processo allenante tra prassi, metodi e scienze attuali.

Prof. Geremia Di Costanzo      Docente della SRdS della Campania

**ore 13,30 - 14,30**                      **Intervallo**

**ore 14,30 - 16,30**                      **MODULO 2**

Elementi di fisiologia muscolare.

Dott. Fabrizio D'Agostino      Esperto della SRdS della Campania

### **Giorno 26 aprile 2015 - Istituto S. Paolo**

**ore 8,30 - 11,25**                      **MODULO 4**

Concetto e modello di prestazione negli sport di squadra.

Prof. Giuseppe Bellosguardo      Docente della SRdS della Campania

**ore 11,25 - 11,35**                      **Intervallo**

**ore 11,35 - 13,30**                      **MODULO 7**

Il ruolo del preparatore atletico nel RUGBY. Mezzi e metodi di allenamento.

Prof. Franco Salierno              Coordinatore tecnico settore scuola area sud della FIR

**ore 13,30 - 14,30**                      **Intervallo**

**ore 14,30 - 16,30**

**MODULO 2**

Elementi di posturologia.

Prof. Manuela Cutolo

Docente della SRdS della Campania

**Giorno 2 maggio 2015 - Sede CONI**

**ore 8,30 - 10,25**

**MODULO 7**

Il ruolo del preparatore atletico nella PALLACANESTRO. Mezzi e metodi di allenamento.

Sig. Riccardo Bovenzi

Preparatore Atl. del Centro tecnico Federale FIP cat. Azzurrina

**ore 10,25 - 10,35**

**Intervallo**

**ore 10,35 - 12,30**

**MODULO 4**

Le basi di biomeccanica.

Prof. Eugenio Leonardi

Docente della SRdS della Campania

**ore 12,30 - 13,30**

**Intervallo**

**ore 13,30 - 15,30**

**MODULO 4**

La valutazione atletica di base negli sport di squadra.

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della SRdS della Campania

**Giorno 3 maggio 2015 - Istituto S. Paolo**

**ore 8,30 - 10,25**

**MODULO 6**

Elementi di statistica e informatica negli sport di squadra.

Prof. Furio Barba

Docente della SRdS della Campania

**ore 10,25 - 10,35**

**Intervallo**

**ore 10,35 - 12,30**

**MODULO 2**

Nutrizione e sport.

Dott. Giuseppe Perruolo

Esperto della SRdS della Campania

**ore 12,30 - 13,30**

**Intervallo**

**ore 13,30 - 15,30**

**MODULO 9**

Programmazione e pratica del plicometro funzionale IBM.

Dott. Fabrizio D'Agostino

Esperto della SRdS della Campania

**Giorno 9 maggio 2015 - Sede CONI**

**ore 8,30 - 11,25**

**MODULO 4**

Allenamento e allenabilità nella fase giovanile.

Prof. Armando Sangiorgio

Docente della SRdS della Campania

**ore 11,25 - 11,35**

**Intervallo**

**ore 11,35 - 13,30**

**MODULO 7**

Il ruolo del preparatore atletico nel basket in carrozzina. Mezzi e metodi di allenamento

Prof. Fabio Castellucci

Preparatore Atl. della FIPIC fed.naz. del basket in carrozzina

**ore 13,30 - 14,30**

**Intervallo**

**ore 14,30 - 17,30**

**MODULO 2**

Elementi di Medicina e Fisiologia dello Sport.

Dott. Augusto Barone

Docente della SRdS della Campania

### **Giorno 10 maggio 2015 - Istituto S. Paolo**

**ore 8,30 - 10,25**

**MODULO 7**

Il ruolo del preparatore atletico nella PALLANUOTO. Mezzi e metodi di allenamento

Prof. Armando Sangiorgio

Docente della SRdS della Campania

**ore 10,25 - 10,35**

**Intervallo**

**ore 10,35 - 13,30**

**MODULO 9**

Test motori da campo, scheda di valutazione, uso e conoscenza del cardiofrequenzimetro e della pedana conduttometria.

Prof. Furio Barba

Docente della SRdS della Campania

**ore 13,30 - 14,30**

**Intervallo**

**ore 14,30 - 16,30**

**MODULO 4**

Uso ed utilizzo delle attrezzature del preparatore fisico atletico.

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della SRdS della Campania

### **Giorno 15 maggio 2015 - Sede CONI**

**ore 15,30 - 17,25**

**MODULO 5**

Aspetti fiscali ed amministrativi.

Dott. Enzo Marra

Esperto della SRdS della Campania

**ore 17,25 - 17,35**

**Intervallo**

**ore 17,35 - 19,35**

**MODULO 7**

Il ruolo del preparatore atletico nella PALLAMANO. Mezzi e metodi di allenamento.

Sig. Luigi Toscano

Formatore federale FIGH e tec. USC Atellana

### **Giorno 21 maggio 2015 - Sede CONI**

**ore 10,00 - 13,00**

Valutazione finale.

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della SRdS della Campania

Prof. Armando Sangiorgio

Docente della SRdS della Campania

ore 13,00 - 15,30

Intervallo

ore 15,30 - 18,30

CONVEGNO " Lo Stretching tra prassi e scienza nello sport"

ore 18,30

Consegna attestati

### **ISCRIZIONI**

**Il numero massimo consentito è di 50 allievi.**

Le iscrizioni dovranno pervenire al CONI Napoli, via e-mail ( [napoli@coni.it](mailto:napoli@coni.it) ), o via fax 081 5790955, o consegnate a mano, in sede, **entro le ore 13,00 di martedì 14 aprile 2015.**

Saranno accettate le prime cinquanta iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi al corso sarà pubblicato sul sito del C.R. CONI Campania ([www.conicampania.it](http://www.conicampania.it)).

I corsisti ammessi, prima dell'inizio del corso, dovranno effettuare un bonifico bancario di euro 50,00 (cinquanta,00) intestato a CONI - Comitato Regionale Campania via Alessandro Longo 46/E 80127 Napoli.

Causale : Napoli - corso di preparatore fisico atletico negli sport di squadra.

Iban : IT97U0100503408000000013564

### **ASSENZE**

Sono consentite non oltre le 7 ore di assenza.

### **QUALIFICA**

Al termine del corso, i partecipanti riceveranno un attestato di preparatore fisico atletico per sport di squadra.

Firmato

Dott. Cosimo SIBILIA

Presidente della SRdS della Campania

Prof. Antonino CHIEFFO

Direttore Scientifico della SRdS della Campania

Prof. Sergio RONCELLI

Delegato CONI per la provincia di Napoli

Napoli, 2 aprile 2015

Allegata scheda di iscrizione