

CORSO DI FORMAZIONE DI TECNICO SPORTIVO PER LATERZA E QUARTA ETÀ' **Napoli 12 aprile – 18 maggio 2016**

Premessa:

Alcuni Autori evidenziano l'importanza di una costante attività motoria nell'arco della vita dell'essere umano, dall'iniziale momento evolutivo attraverso il gioco, al mantenimento dell'efficienza psicofisica, fino alla prevenzione del momento degenerativo che inevitabilmente accompagna il passare degli anni e quindi definiscono la terza età "gli anziani giovani" le persone le cui fasce di età cronologiche si aggirano dai 60 ai 75 anni, mentre la quarta età "gli anziani vecchi" dai 76 anni in su.

Obiettivi:

Il corso è finalizzato all'insegnamento della corretta pratica dell'attività fisica per il mantenimento dello stato di salute e benessere psico fisico della persona anziana (terza età) e per il rallentamento del deterioramento delle sue funzioni biologiche (quarta età) e alla formazione, quindi, di un tecnico sportivo in grado di programmare ed attuare un'adeguata e funzionale attività motoria individuale e di gruppo per queste fasce d'età.

Durata:

Il corso avrà inizio il 12 aprile per proseguire nei giorni 15, 21, 26, 29 aprile, e 4, 6, 9, 10, 12,13, 17 e terminerà il 18 maggio 2016. Sarà costituito da 48 ore di formazione, suddivise in 36 teoriche, in 9 pratiche e 3 di valutazione finale.

Destinatari:

Laureati e laureandi in scienze motorie, in fisioterapia ,diplomati isef, tecnici sportivi delle FSN , DSA ed EPS e quelle figure tecniche operanti nell'ambito delle persone anziane (residenze sanitarie assistite,servizi assistenziali,case di riposo) in possesso di un diploma di scuola media di 2° grado

Struttura didattica:

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

- Modulo 1** Aspetti psicologici;
- Modulo 2** Aspetti medico-biologici;
- Modulo 3** Aspetti Metodologici dell'attività fisica;
- Modulo 4** L'attività motoria ginnico-sportiva;
- Modulo 5** L'attività CIP
- Modulo 6** Marketing
- modulo 7** Valutazione finale

Processo didattico:

I docenti della SRdS adotteranno le seguenti metodologie didattiche:

- Lezioni frontali con ausilio di sussidi audiovisivi;
- Discussioni in aula finalizzate alla eliminazione di eventuali aspetti poco chiari;
- Lezioni pratiche da svolgere in palestra;
- Lavori di gruppo concordati con il coordinatore del corso;
- Valutazione finale.

La valutazione finale sarà realizzata attraverso l'elaborazione di una tesina, concordata col coordinatore del corso, di almeno trenta pagine e /o in formato digitale su materie ed 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 di svolgimento:

La parte teorica si svolgerà presso la sede del CONI Campania via Alessandro Longo 46/E Napoli. La parte pratica si effettuerà presso le strutture sportive dell'ISIS "Giustino Fortunato" di vico Acitillo 57 Napoli.

Calendario:

Martedì 12 aprile 2016 sede CONI

Ore 15,15

Dott. Cosimo Sibilìa

Prof. Antonino Chieffo

Dott. Sergio Roncelli

Prof. Valentina Pierro

Presentazione del corso

Presidente della Scuola Regionale dello Sport

Direttore Scientifico della Scuola Regionale dello Sport

Delegato Coni Napoli

Coordinatrice del corso

Ore 15,30 – 17,25

Modulo 3

L'attività motoria di base per l'anziano. I rischi della sedentarietà.

Prof. Armando Sangiorgio

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 17,25 – 17,35

Intervallo

Ore 17,35 – 19,30

Modulo 2

Cenni generali sulla geriatria della terza e quarta età.

Dott. Augusto Barone

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Venerdì 15 aprile 2016 sede CONI

Ore 15,30 – 17,25

Modulo 1

I processi psicologici nell'invecchiamento della terza e quarta età

Dott. Ilenia Nicchiniello

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 17,25 – 17,35

Intervallo

Ore 17,35 – 19,30

Modulo 2

Le problematiche geriatriche nei due sessi: la menopausa, l'osteoporosi, l'ipertrofia della prostata, la frattura del femore. Disfunzioni cardiovascolari.

Dott. Augusto Barone

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Giovedì 21 aprile 2016 sede Coni

Ore 15,30 – 17,25

Modulo 3

Il declino motorio

Prof. Vito Eugenio Leonardi

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 17,25 – 17,35

Intervallo

Ore 17,35 – 19,30

Modulo 2

L'attività fisica come mezzo terapeutico e l'uso corretto dei farmaci

Dott. Augusto Barone

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Martedì 26 aprile 2016 sede CONI

Ore 15,30 - 17,25 **Modulo 5**
La disabilità nella terza e quarta età.
Dott. Carmine Mellone Presidente regionale Cip

Ore 17,25 – 17,35 **Intervallo**

Ore 17,35 – 19,30 **Modulo 2**
Le problematiche dell'invecchiamento sul sistema cardio-circolatorio, respiratorio e sul sistema osteo-muscolo-scheletrico
Dott. Augusto Barone Docente della Scuola Regionale dello Sport

Venerdì 29 aprile 2016 sede CONI

Ore 15,30 – 17,25 **Modulo 1**
Le problematiche etiche e sociali nelle persone anziane
Dott. Ilenia Nicchiniello Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 17,25 – 17,35 **Intervallo**

Ore 17,35 – 19,30 **Modulo 2**
Le problematiche alimentari nella terza e quarta età: il sovrappeso, l'ipertensione, il colesterolo, il diabete. I corretti stili di vita
Dott. Augusto Barone Docente della Scuola Regionale dello Sport

Mercoledì 4 maggio 2016 sede coni

Ore 15,30 – 17,25 **Modulo 3**
Le variazioni delle capacità motorie nella 3^a e 4^a età
Prof. Laura Soscia Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 17,25 – 17,35 **Intervallo**

Ore 17,35 – 19,30 **Modulo 3**
La programmazione e l'organizzazione dell'attività motoria per una seduta, per un breve e per un lungo periodo di lavoro.
Prof. Furio Barba Docente della Scuola Regionale dello Sport

Venerdì 6 maggio 2016 sede coni

Ore 15,30 – 17,25 **Modulo 3**
I benefici dell'attività ginnico-sportiva nella prevenzione dell'ipotonia muscolare e sull'apparato locomotore.
Prof. Geremia Di Costanzo Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 17,25 – 17,35 **Intervallo**

Ore 17,35 – 19,30 **Modulo 3**
Le capacità aerobiche ed anaerobiche nella 3^a e 4^a età.
Prof. Vito Eugenio Leonardi Docente della Scuola Regionale dello Sport

Lunedì 9 maggio 2016 sede coni

Ore 15,30 – 17,25

Modulo 3

L'attività motoria come strumento di contrasto alla diminuzione delle capacità propriocettive.

Prof. Furio Barba

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 17,25 – 17,35

Intervallo

Ore 17,35 – 19,30

Modulo 4

La danza

Prof. Laura Soccia

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Martedì 10 maggio 2016 sede Giustino Fortunato

Ore 15,00 – 16,30

Modulo 4

Le attività ludiche per la 3^a e 4^a età

Prof. Armando Sangiorgio

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 16,30 – 18,00

Modulo 4

Tecniche di ginnastica dolce

Prof. Furio Barba

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Giovedì 12 maggio 2016 sede Giustino Fortunato

Ore 15,00 – 16,30

Modulo 4

Lo Jogging

Prof. Laura Soccia

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 16,30 – 18,00

Modulo 4

La ginnastica per la mobilità articolare a corpo libero e con piccoli attrezzi.

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Venerdì 13 maggio sede Coni

Ore 15,30 – 16,55

Modulo 6

Competenze e collocazione professionale di un tecnico sportivo della 3^a e 4^a età.

Prof. Antonio Molinara

Docente della Scuola regionale dello Sport

Ore 16,55 -17,05

Intervallo

Ore 17,05 – 19,00

Modulo 6

Organizzazione di un corso di attività motorie per gli anziani. Dall'analisi di partenza alla sua piena realizzazione.

Prof. Antonio Molinara

Docente della Scuola regionale dello Sport

Martedì 17 maggio 2016 sede Giustino Fortunato

Ore 15,00 – 16,30

Modulo 4

Lo stretching

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Ore 16,30 – 18,00

Modulo 4

Tecniche di rilassamento e di ginnastica respiratoria, posturale.

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della Scuola Regionale dello Sport

Mercoledì 18 maggio 2016 sede coni

Ore 16,30 – 19,30

Modulo 6

Valutazione Finale

Prof. Laura Soscia

Prof. Geremia DiCostanzo

Il modulo di iscrizione, debitamente compilato, dovrà pervenire al CONI Point di Napoli via e-mail (napoli@coni.it) o via fax 0815790955 o consegnate a mano, in sede, entro le ore 13,00 di giovedì 7 aprile. Il modulo di iscrizione delle figure tecniche operanti nell'ambito delle persone anziane dovrà essere abbinato ad una dichiarazione scritta della società, ente, istituzione presso la quale si è già condotta attività motoria per la terza e quarta età.

Saranno accettate le prime 70 iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi al corso sarà pubblicato sul sito del C.R.Campania (www.campania.coni.it).

I corsisti ammessi, prima dell'inizio del corso, dovranno effettuare un bonifico bancario di euro 60,00.

Intestazione :CONI-Comitato Regionale Campania Napoli.

Causale:Corso di tecnico sportivo per 3^ e 4^ età Napoli.

IBAN: IT97U0100503408000000013564

Assenze

Sono consentite solamente 4 ore di assenza relativamente alla parte teorica e sino ad un massimo di ore 4 per la parte pratica.

Attestazione

Al termine del corso a tutti coloro che hanno superato le prove di valutazione, sarà rilasciato un attestato di qualifica da parte della Scuola Regionale dello Sport della Campania.

Firmato:

Dott. Cosimo Sibilìa

Prof. Antonino Chieffo

Prof. Sergio Roncelli

Presidente della SRdS Campania

Direttore Scientifico della SRdS Campania

Delegato Coni per la Provincia di Napoli

.