

**PREPARATORE FISICO ATLETICO
DEGLI SPORT DI SQUADRA**



Corso di Formazione



Avellino 2018

20 Febbraio – 20 Aprile



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, 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, Diplomi Isef, Tecnici ed istruttori di Federazioni Sportive, Discipline Associate ed Enti di Promozione Sportiva che abbiano compiuto i diciotto anni d'età.



DURATA

Il corso avrà inizio il 20 febbraio e proseguirà nei giorni 22, 28 febbraio, 7, 9, 14, 22, 29 marzo, 4, 12 e terminerà venerdì 20 aprile 2018. Sarà suddiviso in undici giornate di formazione teorico-pratica per un totale di 38 ore.

Struttura didattica

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

Modulo 1 Area Psicopedagogica;

Modulo 2 Area Medica

Modulo 3 Area Tecnica Metodologica

Modulo 4 Area Giuridico – Fiscale

Modulo 5 Informatica e Statistica

Modulo 6 Marketing

Modulo 7 La Preparazione atletica di sei sport di squadra (Pallavolo, Pallacanestro, Pallamano, Rugby, Calcio, Pallanuoto).

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 di gruppo concordati col Coordinatore del corso;

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 eventuale 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.

Qualifica

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

Iscrizioni

Il numero massimo consentito è di 40 allievi. Le iscrizioni dovranno pervenire al CONI Point di Avellino via e-mail (avellino@coni.it) o consegnate a mano, in sede, **entro le ore 13,00 di giovedì 15 febbraio 2018**

Saranno accettate le prime 40 iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi sarà pubblicato sul sito del C.R. CONI Campania (www.campania.coni.it). Per la parte pratica, è necessario presentare da parte del corsista una certificazione di idoneità fisica per attività sportiva non agonistica ed essere muniti di abbigliamento e calzature sportive idonee. I corsisti ammessi, **AVRANNO COMUNICAZIONE VIA E MAIL**, e prima dell'inizio del corso, dovranno effettuare un bonifico bancario di euro 50,00 (cinquanta) intestato a CONI - Comitato Regionale Campania via Alessandro Longo 46/E 80127 Napoli.

Causale: Cognome e nome del corsista, Avellino Preparatore fisico atletico degli sport di squadra.

IBAN: IT97U010050340800000013564



Sede

Il corso si effettuerà nei saloni del CONI Point di Avellino per la parte teorica, dalle ore 15,30 alle 19,30 nella palestra dell'ITIS DORSO di via Morelli e Silvati 19, Avellino, dalle ore 14.30 alle ore 16.30.



Assenze

Sono consentite, tassativamente, non oltre il 20% delle ore, pena l'esclusione dagli esami di valutazione.

Firmato

Prof. Sergio Roncelli – Presidente Regionale CONI Campania

Prof. Giuseppe Saviano - Delegato Coni per la provincia di Avellino

Prof. Antonino Chieffo-Direttore Scientifico della SRdS della Campania



CONI
COMITATO
REGIONALE
CAMPANIA

AVELLINO
20 FEBBRAIO – 20 APRILE

Martedì 20 Febbraio
CONI



14.45

Saluti di benvenuto con: **Prof. Sergio Roncelli**
Prof. Giuseppe Saviano
Prof. Antonino Chieffo

15.00/16.55

Modulo - 1 - Ruolo del preparatore fisico fra etica e professionalità

Prof. Armando Sangiorgio

16.55/17.05

Break

Break

17.05/19.00

Modulo - 3 - Metodologia dell'insegnamento e dell'apprendimento negli sport di squadra.

Prof. Armando Sangiorgio

Giovedì 22 Febbraio
CONI

15.00/16.55

Modulo - 3 - La programmazione dell'allenamento degli sport di squadra nella fase giovanile

Prof. Michele Ruscello

16.55/17.05

Break

Break

17.05/19.00

Modulo - 2 - Elementi di anatomia e fisiologia umana dell'apparato locomotore

Dott. Rizziero Ronconi



Mercoledì 28 Febbraio
Palestra ITIS-CONI

14.30/16.30

Modulo – 3 - Allenamento e sviluppo della capacità di forza e della resistenza negli sport di squadra. Parte Pratica

Prof. Mario Petruzzo

16.30/17.00

Break

Break

17.00/19.00

Modulo – 3 - Allenamento e sviluppo della capacità di forza e della resistenza negli sport di squadra. Parte Teorica

Prof. Mario Petruzzo

Mercoledì 7 Marzo
Palestra ITIS-CONI

14.30/16.30

Modulo – 3 - Allenamento e sviluppo della rapidità e della mobilità articolare negli sport di squadra. Parte Pratica

Prof. Geremia Di Costanzo

16.30/17.00

Break

Break

17.00/19.00

Modulo – 3 - Allenamento e sviluppo della rapidità e della mobilità articolare negli sport di squadra. Parte Teorica

Prof. Geremia Di Costanzo



Venerdì 9 Marzo
Palestra ITIS-CONI

<u>14.30/16.30</u>	Modulo – 7 Ruolo del preparatore fisico atletico nella pallavolo. Mezzi e metodi di allenamento.	Prof. Mario Petruzzo
<u>16.30/17.00</u>	Break	Break
<u>17.00/18.00</u>	Modulo – 4 – Aspetti fiscali ed amministrativi del preparatore fisico-atletico.	Dott. Enzo Marra
<u>18.00/19.00</u>	Modulo – 1 – Elementi di psicologia per un preparatore fisico atletico negli sport di squadra	Dott. Ilenia Nicchiniello

Mercoledì 14 Marzo
CONI

<u>15.00/16.55</u>	Modulo – 3 - La valutazione della forza,della resistenza,della rapidità e della mobilità articolare negli sport di squadra.	Prof. Furio Barba
<u>16.55/17,05</u>	Break	Break
<u>17.05/19.00</u>	Modulo – 5 - Raccolta ed elaborazione dati, test motori da campo.	Prof. Furio Barba

Giovedì 22 Marzo
Palestra ITIS-CONI

<u>14.30/16.30</u>	Modulo – 7 - Ruolo del preparatore fisico atletico nella pallamano. Mezzi e metodi di allenamento.	Prof. Luigi Toscano
<u>16.30/17.00</u>	Break	Break
<u>17.00/19.00</u>	Modulo – 6 - Marketing e promozione del preparatore fisico atletico degli sport di squadra	Dott. Giuseppe Ranieri

Giovedì 29 Marzo
Palestra ITIS

14.30/16.30

Modulo – 7 - Ruolo del preparatore fisico atletico nella pallacanestro.
Mezzi e metodi di allenamento

Prof. Elia Confessore

Mercoledì 4 Aprile
Palestra ITIS

14.30/16.30

Modulo – 7 - Ruolo del preparatore fisico atletico nella rugby. Mezzi
e metodi di allenamento.

Prof. Paolo Adamo

Giovedì 12 Aprile
Palestra ITIS

14.30/16.30

Modulo 7 - Ruolo del preparatore fisico atletico nel calcio. Mezzi e
metodi di allenamento..

Prof. Gianni Varricchio

Venerdì 20 Aprile
CONI

14.00/16.00

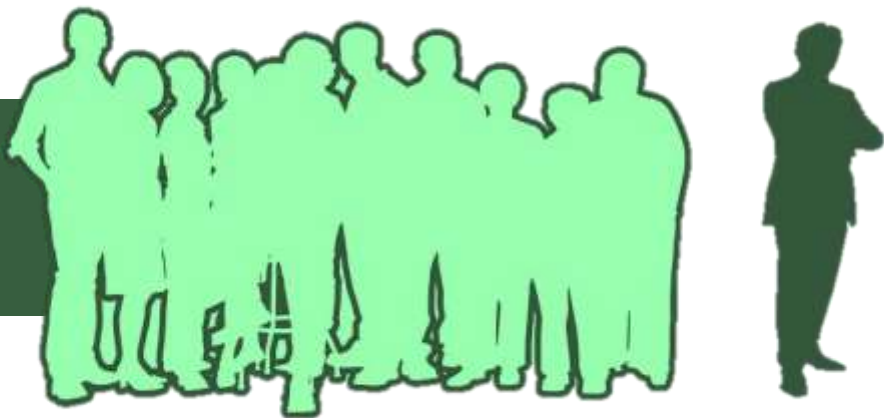
Modulo – 7 - Ruolo del preparatore fisico atletico nella pallanuoto.
Mezzi e metodi di allenamento.

Prof. Armando Sangiorgio

16.00/18.00

Valutazione finale

Prof. Geremia Di Costanzo
Prof. Armando Sangiorgio



PRESENTAZIONE DOCENTI

**Prof. Sergio
Roncelli**

Presidente Regionale
CONI Campania e
Presidente SRdS

**Prof. Giuseppe
Saviano**

Delegato CONI
Avellino

**Prof. Antonino
Chieffo**

Direttore
Scientifico SRdS
Campania

**Prof. Armando
Sangiorgio**

Docente della SRdS
della Campania

**Prof. Michele
Ruscello**

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Rizziero
Ronconi**

Docente della SRdS
della Campania

**Prof. Mario
Petruzzo**

Docente della SRdS
della Campania

**Prof. Geremia Di
Costanzo**

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Ilenia
Nicchiniello**

Docente della SRdS
della Campania

Dott. Enzo Marra

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Furio Barba

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Luigi Toscano

Formatore federale
FIGH

**Dott. Giuseppe
Ranieri**

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Rizziero
Ronconi**

Docente della SRdS
della Campania

**Prof. Gianni
Varricchio**

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Elia Confessore

Preparatore atletico F.I.P

Prof. Paolo Adamo

Preparatore atletico F.I.R



CONI

COMITATO
REGIONALE
CAMPANIA