

CORSO di FORMAZIONE

di TECNICO SPORTIVO per la 3[^] e 4[^] età

BENEVENTO 23 FEBBRAIO - 31 MARZO 2015

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.

DESTINATARI

Laureati in scienze motorie, in fisioterapia, tecnici sportivi delle FSN e DSA 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.

DURATA

Il corso avrà inizio il 23 febbraio e terminerà il 31 marzo. Sarà costituito da 44 ore di formazione, suddivise in 28 teoriche, in 12 pratiche e 4 di valutazione finale.

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** valutazione finale.

PROCESSO DIDATTICO

I docenti della scuola regionale dello sport 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 finale sarà realizzata attraverso:

- Test a risposta multipla;
- La trattazione di un elaborato realizzato da ogni corsista e concordato con il coordinatore del corso.

SEDE

La parte teorica si svolgerà presso la sede del CONI di Benevento di via A. Rivellini. La parte pratica si effettuerà presso le strutture sportive di "Fitness 2000", via G. Moscati, 51 - Benevento.

CALENDARIO

Giorno 23 febbraio 2015 - sede CONI

ore 15,30	Presentazione del corso
Dott. Cosimo Sibilìa	Presidente della SRdS della Campania
Prof. Antonino Chieffo	Direttore Scientifico della SRdS della Campania
Prof. Mario Collarile	Delegato CONI per la provincia di Benevento
Prof. Franco Lonardo	Coordinatore del corso
Ore 15,45 - 17,45	MODULO 3
Il declino motorio	
Prof. Vito Eugenio Leonardi	Docente della SRdS della Campania

ore 17,45 - 18,00 **Intervallo**

ore 18,00 - 20,00 **MODULO 2**

Cenni generali sulla geriatria della terza e quarta età.

Dott. Vincenzo Rapuano Esperto della SRdS della Campania

Giorno 25 febbraio 2015 - sede CONI

Ore 15,30 - 17,30 **MODULO 3**

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

Prof. Franco Lonardo Docente della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45 **Intervallo**

ore 17,45 - 19,45 **MODULO 2**

Le problematiche alimentari nella terza e quarta età: il sovrappeso, l'ipertensione, il colesterolo.

Dott. Vincenzo Rapuano Esperto della SRdS della Campania

Giorno 27 febbraio 2015 - sede CONI

ore 15,30 - 17,30 **MODULO 2**

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

Dott. Vincenzo Rapuano Esperto della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45 **Intervallo**

ore 17,45 - 19,45 **MODULO 1**

Concetto di terza e quarta età con le relative caratteristiche..

Dott. Ilenia Nicchiniello Docente della SRdS della Campania

Giorno 6 marzo 2015 - sede CONI

ore 15,30 - 17,30 **MODULO 2**

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

Dott. Vincenzo Rapuano Esperto della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45 **Intervallo**

ore 17,45 - 19,45 **MODULO 1**

I processi psicologici nell'invecchiamento della terza e quarta età.

Dott. Ilenia Nicchiniello Docente della SRdS della Campania

Giorno 11 marzo 2015 - C.S. Fitness 2000

ore 15,30 - 17,30

MODULO 4

La danza

Sig. Alberto Mauta

Esperto della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45

Intervallo

ore 17,45 - 19,45

MODULO 4

La ginnastica dolce, respiratoria, posturale, di rilassamento e lo stretching

Prof. Gianni Varricchio

Esperto della SRdS della Campania

Giorno 13 marzo 2015 - Sede CONI

ore 14,30 - 16,30

MODULO 2

Le problematiche dell'invecchiamento sul sistema cardio-cir- Colatorio, respiratorio e sul sistema osteo-muscolo-scheletrico.

Dott. Vincenzo Rapuano

Esperto della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45

Intervallo

ore 17,45 - 19,45

MODULO 5

La disabilità nella terza e quarta età

Dott. Carmine Mellone

Presidente Regionale CIP

Giorno 17 marzo 2015 - Sede CONI

ore 14,30 - 16,30

MODULO 4

Il nuoto

Sig. Bruno Minocchia

Esperto della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45

Intervallo

ore 17,45 - 19,45

MODULO 4

Le bocce, l'andare in bici e lo jogging

Prof. Ugo Polito

Esperto della SRdS della Campania

Giorno 20 marzo 2015 - Sede CONI

ore 14,30 - 16,30

MODULO 3

I benefici dell'attività ginnico-sportiva nella prevenzione della Ipotonia muscolare e sull'apparato locomotore.

Prof. Luigi Schipani

Docente della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45

Intervallo

ore 17,45 - 19,45

MODULO 1

Le problematiche etiche e sociali nella persona anziana.

Dott. Ilenia Nicchiniello

Docente della SRdS della Campania

Giorno 24 marzo 2015 - C.S. Fitness 2000

ore 15,30 - 17,30

MODULO 4

Lo Judo

Sig. Salvatore Di Paola

Esperto della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45

Intervallo

ore 17,45 - 19,45

MODULO 4

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

Prof. Luigi Schipani

Docente della SRdS della Campania

Giorno 27 marzo 2015 - Sede CONI

ore 15,30 - 17,30

MODULO 3

La programmazione e l'organizzazione dell'attività motoria per una seduta, per un breve e per un lungo periodo di lavoro.

Prof. Franco Lonardo

Docente della SRdS della Campania

ore 17,30 - 17,45

Intervallo

ore 17,45 - 19,45

MODULO 1

La comunicazione e l'insegnamento nella persona anziana.

Dott. Ilenia Nicchiniello

Docente della SRdS della Campania

Giorno 31 marzo 2015 - Sede CONI

ore 15,30 - 19,30

MODULO 5

Valutazione finale.

Prof. Franco Lonardo

Docente della SRdS della Campania

Prof. Luigi Schipani

Docente della SRdS della Campania

ISCRIZIONI

Le iscrizioni dovranno pervenire al CONI Benevento, via e-mail (benevento@coni.it), o via fax 0824361499, o consegnate a mano, in sede, entro le ore 13,00 di giovedì 19 febbraio 2015. 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 50 iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi al corso sarà pubblicato sul sito del C.R. CONI Campania (www.conicampania.it).

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

Causale: BENEVENTO - Corso di tecnico sportivo per 3[^] e 4[^] età.

Iban : IT97U0100503408000000013564

ASSENZE

Sono consentite non oltre quattro ore di assenza relativamente alla parte teorica e sino ad massimo di quattro ore 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 SIBILIA

Presidente della SRdS della Campania

Prof. Antonino CHIEFFO

Direttore Scientifico della SRdS della Campania

Dott. Mario COLLARILE

Delegato CONI per la provincia di Benevento

Napoli, 11 febbraio 2015

Allegata scheda di iscrizione