

CORSO di FORMAZIONE

Preparatore fisico atletico multidisciplinare

Caserta 10 ottobre – 30 novembre 2017

Premessa:

Il preparatore fisico atletico multidisciplinare è quella figura tecnica definita, personal trainer, che nelle palestre e nei campi sportivi è in grado di programmare, pianificare e guidare, sia in maniera individualizzata, che di squadra la preparazione fisica di tutte quelle persone, che a prescindere dal sesso e dall'età, vogliono avvicinarsi sia al mondo delle attività motorie che a quello sportivo.

Obiettivi:

La formazione di un preparatore fisico con competenze psicologiche, mediche e tecniche metodologiche in grado di pianificare allenamenti individualizzati e di squadra.

Durata:

Il corso avrà inizio il 10 ottobre per proseguire nei giorni 19, 26, 31/10, 9, 14, 23/11 e terminerà il 30 novembre 2017. Sarà costituito da 30 ore di formazione, suddivise 29 teorico-pratiche e 1 di valutazione finale.

Destinatari:

Laureati e laureandi in scienze motorie, diplomati isef, tecnici sportivi delle FSN, DSA ed EPS 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** Aspetti alimentari
- Modulo 5** Il Marketing
- Modulo 6** Aspetti giuridici sportivi
- 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:

Sia la parte teorica che quella pratica si svolgeranno presso gli impianti sportivi della Great Gym, uscita autostrada Caserta Sud, strada Provinciale SP 336 Marcianise ,Caserta.

Iscrizioni:

Il numero massimo consentito è di 50 corsisti.

Il modulo di iscrizione, debitamente compilato, dovrà pervenire al CONI di Caserta via e-mail (caserta@coni.it) o consegnate a mano, in sede, entro le ore 13,00 di venerdì 6 ottobre 2017.

Saranno accettate le prime 50 iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi al corso sarà pubblicato sul sito del C.R.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. Se le iscrizioni non dovessero raggiungere il numero minimo di 30, il corso sarà rinviato.

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 preparatore fisico atletico multidisciplinare,Caserta.

IBAN: IT97U0100503408000000013564

Assenze

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

Attestazione

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

Firmato:

Prof. Sergio Roncelli

Dott. Michele De Simone

Prof. Antonino Chieffo

Presidente della SRdS Campania

Delegato Coni per la Provincia di Caserta

Direttore Scientifico della SRdS Campania

CORSO di FORMAZIONE

Preparatore fisico atletico multidisciplinare

Caserta 10 ottobre – 30 novembre 2017

DATA E LUOGO	ORA	ARGOMENTO	DOCENTE
Martedì 10 ottobre GREAT GYM	15.00	Saluti di benvenuto	Dott. Sergio Roncelli Presidente del C.R. CONI Campania Dott. Michele De Simone Delegato CONI di Caserta Prof. Antonino Chieffo Dirett. Scient. SRdS della Campania Prof. Giuseppe Bonacci Coordinatore tecnico CONI Caserta Prof. Antonio Scuglia Coordinatore del Corso
	15.05/16,55	Modulo – 1 – Ruolo, etica e competenza professionale del preparatore atletico multidisciplinare.	Prof. Antonio Scuglia Docente della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 3 – Teoria e metodologia dell'allenamento a breve, medio e lungo termine in età evolutiva.	Prof. Furio Barba Docente della SRdS della Campania
Giovedì 19 ottobre GREAT GYM	15.00/16,55	Modulo – 2 – Cenni di legislazione sanitaria nello sport. I traumi nello sport, primo soccorso in ambito sportivo.	Dott. Claudio Briganti Esperto della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 3 – Progettazione ed organizzazione dell'allenamento negli sport multidisciplinari.	Prof. Mario Petruzzo Docente della SRdS della Campania

Giovedì 26 ottobre	15.00/16,55	Modulo – 5 –La comunicazione e promozione sociale del preparatore fisico atletico multidisciplinare.	Prof. Antonio Molinara Docente della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 6 – Ruolo, responsabilità civile e penale del preparatore fisico multidisciplinare.	Prof. Gaetano Cinque Docente della SRdS della Campania
GREAT GYM	15.00/16,55	Modulo – 4 – Principi di alimentazione ed integrazione dello sport multidisciplinare.	Dott. Claudio Briganti Esperto della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 3 – Metodi di lavoro e sviluppo della capacità di forza, resistenza, rapidità, mobilità, e flessibilità articolare. Il carico fisico nelle discipline individuali e di squadra.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania
Martedì 31 ottobre	15.00/16,55	Modulo – 4 – Principi di alimentazione ed integrazione dello sport multidisciplinare.	Dott. Claudio Briganti Esperto della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 3 – Metodi di lavoro e sviluppo della capacità di forza, resistenza, rapidità, mobilità, e flessibilità articolare. Il carico fisico nelle discipline individuali e di squadra.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania
GREAT GYM	15.00/16,55	Modulo – 3 - Allenamento e allenabilità nell'età giovanile. Le capacità e abilità coordinative individuali e di squadra.	Prof. Armando Sangiorgio Docente della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 3 - Il valore e la prevenzione dello stretching nel recupero funzionale negli sport multidisciplinari.	Dott.Ft. Vincenzo Iodice Consulente posturologo

Giovedì 9 novembre	15.00/16,55	Modulo – 3 - Allenamento e allenabilità nell'età giovanile. Le capacità e abilità coordinative individuali e di squadra.	Prof. Armando Sangiorgio Docente della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 3 - Il valore e la prevenzione dello stretching nel recupero funzionale negli sport multidisciplinari.	Dott.Ft. Vincenzo Iodice Consulente posturologo
GREAT GYM	15.00/16,55	Modulo – 3 - Allenamento e allenabilità nell'età giovanile. Le capacità e abilità coordinative individuali e di squadra.	Prof. Armando Sangiorgio Docente della SRdS della Campania
	16,55/17,05	INTERVALLO	
	17,05/19,00	Modulo – 3 - Il valore e la prevenzione dello stretching nel recupero funzionale negli sport multidisciplinari.	Dott.Ft. Vincenzo Iodice Consulente posturologo

Martedì 14 novembre	14,00/15,30	Modulo – 3 -Principi, mezzi e metodi della preparazione atletica nello sviluppo delle capacità coordinative dello sport individuale e di squadra.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania
	15.30/17,00	Modulo – 3 - Principi, mezzi e metodi della preparazione atletica nello sviluppo delle capacità condizionali dello sport individuale e di squadra.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania
GREAT GYM	14,00/15,30	Modulo – 3 -Principi, mezzi e metodi della preparazione atletica nello sviluppo delle capacità coordinative dello sport individuale e di squadra.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania
	15.30/17,00	Modulo – 3 - Principi, mezzi e metodi della preparazione atletica nello sviluppo delle capacità condizionali dello sport individuale e di squadra.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania

Giovedì 23 novembre	14,00/15,30	Modulo – 3 - Test e valutazione motoria degli atleti, strategie mezzi e applicazioni nello sport multidisciplinare.	Prof. Mario Petruzzo Docente della SRdS della Campania
	15.30/17,00	Modulo – 3 - Principi, mezzi e metodi dello sviluppo della coordinazione motoria e della resistenza aerobica e anaerobica.	Prof. Mario Petruzzo Docente della SRdS della Campania
GREAT GYM	14,00/15,30	Modulo – 3 - Test e valutazione motoria degli atleti, strategie mezzi e applicazioni nello sport multidisciplinare.	Prof. Mario Petruzzo Docente della SRdS della Campania
	15.30/17,00	Modulo – 3 - Principi, mezzi e metodi dello sviluppo della coordinazione motoria e della resistenza aerobica e anaerobica.	Prof. Mario Petruzzo Docente della SRdS della Campania

30 Novembre	14,00/17,00	Modulo – 3 – Uso e conoscenza delle attrezzature di allenamento per lo sviluppo della prestazione (ciclica ed aciclica) negli sport individuali e di squadra.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania
	17,00/18,00	INTERVALLO	
GREAT GYM	18,00/19,00	Verifica e valutazione finale.	Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania Prof. Antonio Scuglia Docente della SRdS della Campania