

CORSO PER PREPARATORE FISICO-ATLETICO

NEGLI SPORT DI COMBATTIMENTO

Napoli 17 ottobre - 28 novembre 2015

Premessa

Il corso di formazione di Preparatore fisico atletico negli sport olimpici di combattimento intende evidenziare le radicali differenziazioni e modificazioni dei mezzi e delle metodologie di allenamento che oggi le varie discipline utilizzano per lo sviluppo delle capacità organiche muscolari e coordinative. Il corsista avrà occasioni di confronto sia di ordine teorico che pratico con tecnici provenienti da diversi ambiti sportivi sul tema dell'allenamento e della preparazione fisico-atletica. Saranno, quindi, effettuati interventi teorico-pratici esemplificativi delle modalità di preparazione e di valutazione nelle differenti discipline sportive.

Obiettivi

Fornire specifiche competenze di preparazione fisica atletica per gli sport olimpici di combattimento, sia teoriche che pratiche su attuali metodologie di allenamento, sia a carico naturale e sia con l'ausilio di attrezzature specifiche. Il corso, quindi mira a realizzare una formazione molto qualificata con l'obiettivo di preparare una particolare figura dotata di competenze specifiche nella gestione di giovani atleti, con il supporto di elementi di biologia dello sport, fisiologia, medicina dello sport, biomeccanica funzionale, nutrizione, metodologia dell'allenamento generale e specifico di settore di combattimento.

Destinatari

Tecnici ed istruttori di Federazioni Sportive, Discipline Associate, ed Enti di Promozione Sportiva in possesso di tessera federale e da Laureati e Laureandi in Scienze Motorie che abbiano compiuto i diciotto anni d'età.

Durata

Il corso avrà inizio il 17 ottobre e terminerà il 28 novembre 2015. Sarà suddiviso in 11 giornate di formazione teorico-pratica per un totale di 58 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 amministrativa e fiscale

Modulo 6 La preparazione atletica teorico-pratica di sei discipline sportive di combattimento (Lotta, Judo, Pugilato, Scherma, Taekwondo, Karate) e di una disciplina del CIP, Comitato Italiano Paralimpico (Scherma).

Modulo 7 Pratica di tecnica metodologica

Modulo 8 Conoscenza ed uso delle attrezzature

Processo Didattico

I docenti della SRdS adotteranno le seguenti metodologie didattiche:

- Lezioni frontali in aula con l'ausilio di sussidi audiovisivi;
- Discussioni in aula per eventuali approfondimenti degli argomenti trattati;
- Lezioni pratiche da svolgere in palestra per ogni disciplina sportiva di combattimento;
- Lavori singoli e/ o gruppo
- Conoscenze ed uso delle attrezzature sportive
- Valutazione finale.

Sede

Il corso si effettuerà nei saloni della sede del C.R. Coni Campania di via Alessandro Longo 46/E Napoli per quanto concerne la formazione teorica. Negli impianti sportivi sotto indicati per quanto concerne la parte pratica:

- Pugilato : Pugilistica De Novelli via Lattanzio 46 Rione Traiano Napoli
- Lotta : Centro Sportivo Pomilia via Sandro Pertini Pomigliano d'Arco
- Judo : Centro Sportivo Pomilia via Sandro Pertini Pomigliano d'Arco
- Scherma : Club Scherma Napoli via San Domenico Vomero Napoli
- Taekwondo : Stadio Collana Vomero Napoli
- Karate : Stadio Collana Vomero Napoli

Calendario

Sabato 17 ottobre 2015 sede Coni

Ore 8,30

Presentazione del corso

Dott. Cosimo Sibilia

Presidente della SRdS della Campania

Prof. Antonino Chieffo

Direttore Scientifico della SRdS della Campania

Dott. Sergio Roncelli Delegato Coni per la provincia di Napoli

Prof. Geremia Di Costanzo Coordinatore del corso

Ore 8,45 – 10,40 **Modulo 4**

Ruolo del preparatore fisico atletico degli sport di combattimento tra etica e professionalità

Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania

Ore 10,40 – 10,50 **Intervallo**

Ore 10,50 – 13,50 **Modulo 2**

Elementi di biologia e medicina dello sport

Dott. Augusto Barone Docente della SRdS della Campania

Ore 13,50 – 15,00 **Intervallo**

Ore 15,00 – 17,00 **Modulo 1**

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

Prof. Laura Soscia Docente della SRdS della Campania

Sabato 24 ottobre 2015 sede Coni

Ore 8,30 – 11,25 **Modulo 2**

Elementi teorici e pratici di posturologia

Prof. Manuela Cutolo Docente della SRdS della Campania

Ore 11,25 – 11,35 **Intervallo**

Ore 11,35 – 13,30 **Modulo 2**

Nutrizione e sport

Dott. Giuseppe Perruolo Docente Università Federico 2° Napoli

Ore 13,30 – 15,00 **Intervallo**

Ore 15,00 – 17,00 **Modulo 4**

Le basi di biomeccanica

Prof. Furio Barba Docente della SRdS della Campania

Sabato 31 ottobre 2015 sede Coni

Ore 8,30 – 11,25

Modulo 4

Stretching e prestazione sportiva. Apprendimento della tecnica e della coordinazione motoria.

Prof. Vito Eugenio Leonardi

Docente della SRdS della Campania

Ore 11,25 – 13,30

Modulo 1

Elementi di psicologia dello sport

Dott. Ilenia Nicchiniello

Docente della SRdS della Campania

Ore 13,30 – 15,00

Intervallo

Ore 15,00 – 17,00

Modulo 5

Aspetti amministrativi e fiscali

Dott. Vincenzo Alliegro

Docente Università di Cassino

Sabato 7 novembre 2015 sede Coni

Ore 8,30 – 11,25

Modulo 4

Orientamento di teoria e metodologia della tattica e della strategia degli sport di combattimento. Programmazione e pianificazione dell'allenamento degli sport di combattimento.

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della SRdS della Campania

Ore 11,25 – 11,35

Intervallo

Ore 11,35 – 13,30

Modulo 6

Il ruolo del preparatore fisico atletico della LOTTA. Mezzi e metodi di allenamento. Parte teorica.

Maestro Vittoriano Romanacci

già Direttore Tecnico della nazionale di lotta

Ore 13,30 – 15,00

Intervallo

Ore 15,00 – 17,00

Modulo 6

Il ruolo del preparatore fisico atletico dello JUDO. Mezzi e metodi di allenamento. Parte teorica.

Maestro Vittoriano Romanacci

già Direttore Tecnico della nazionale di judo

Domenica 8 novembre 2015 sede Centro Sportivo Pomilia

Ore 9,30 – 11,25

Modulo 7

Mezzi e metodi di allenamento della LOTTA. Parte pratica.

Maestro Vittoriano Romanacci

già Direttore Tecnico della nazionale di lotta

Ore 11,25 – 11,35

Intervallo

Ore 11,35 – 13,30

Modulo 7

Mezzi e metodi di allenamento dello JUDO. Parte pratica.

Maestro Vittoriano Romanacci

già Direttore tecnico della nazionale dello judo

Mercoledì 11 novembre 2015 sede Coni

Ore 15,00 – 16,55

Modulo 6

Il ruolo del preparatore fisico atletico del PUGILATO. Mezzi e metodi di allenamento. Parte teorica.

Prof. Enrico Apa

Commissione nazionale arbitri e giudici di pugilato

Ore 16,55 – 17,05

Intervallo

Ore 17,05 – 18,05

Modulo 3

Il ruolo del preparatore fisico atletico della SHERMA paralimpica. Mezzi e metodi di allenamento.

Dott. Francesca Cuomo

Tecnico del Comitato Italiano Paralimpico

Ore 18,05 – 20,00

Modulo 5

L'ordinamento sportivo in Italia : Il CIO, il CONI, le FSN, le DSA, gli EPS e le ASD.

Dott. Sergio Roncelli

Delegato Coni Point per la provincia di Napoli

Sabato 14 novembre 2015 sede Coni

Ore 8,30 – 11,25

Modulo 4

La preparazione fisica degli sport di combattimento. Allenamento specifico e speciale. Fenomenologia dell'adattamento. Proiezioni prestantive.

Prof. Armando Sangiorgio Docente della SRdS della Campania

Ore 11,25 – 11,35 **Intervallo**

Ore 11,35 – 13,30 **Modulo 6**

Il ruolo del preparatore fisico atletico della SCHERMA. Mezzi e metodi di allenamento. Parte pratica.

Prof. Emilio Basile Metodologo della FIS

Ore 13,30 – 15,00 **Intervallo**

Ore 15,00 – 17,00 **Modulo 6**

Il ruolo del preparatore fisico atletico del TAEKWONDO. Mezzi e metodi di allenamento. Parte torica.

Prof. Geremia Di Costanzo Docente della SRdS della Campania

Domenica 15 novembre 2015 sede Pugilistica De Novelli

Ore 10,00 – 12,00 **Modulo 7**

Mezzi e metodi di allenamento del PUGILATO. Parte pratica.

Prof. Alfredo Raininger Presidente Regionale Campano della FIP

Sabato 21 novembre 2015 sede Coni

Ore 8,30 – 10,25 **Modulo 6**

Il ruolo del preparatore fisico atletico del KARATE. Mezzi e metodi di allenamento. Parte teorica.

Maestro Salvatore Nastro Pres. Commiss. nazionale attività giovanile

Ore 10,25 – 10,35 **Intervallo**

Sabato 21 novembre 2015 sede Stadio Collana

Ore 10,35 – 12,30 **Modulo 7**

Mezzi e metodi di allenamento del KARATE. Parte pratica.

Maestro Salvatore Nastro

Presid. Commiss. Nazionale attività giovanile

Ore 12,30 – 14,30

Modulo 7

Mezzi e metodi di allenamento del TAEKWONDO. Mezzi e metodi di allenamento. Parte pratica.

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della SRdS della Campania

Domenica 22 novembre 2015 sede Club Scherma Napoli

Orte 10,00 – 12,00

Modulo 7

Mezzi e metodi di allenamento della SCHERMA. Parte pratica.

Prof. Furio Barba

Docente della SRdS della Campania

Sabato 28 novembre 2015 sede Coni

Ore 8,30 – 12,30

Valutazione finale

Prof. Geremia Di Costanzo

Docente della SRdS della Campania

Ore 12,30 – 13,00

**Compilazione del questionario di
gradimento del corso e consegna
attestati**

Iscrizioni

Il numero massimo consentito è di 70allievi.

Le iscrizioni dovranno pervenire al CONI Point di Napoli via e-mail (napoli@coni.it) o via fax 0815790955o consegnate a mano,in sede, **entro le ore 13,00 di martedì 13 ottobre 2015.**

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

Se le iscrizioni non dovessero raggiungere il numero minimo di 30,il corso sarà annullato.

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

Causale: Cognome e nome del corsista, Napoli preparatore fisico atletico degli sport di combattimento

Iban :IT97U0100503408000000013564

Assenze

Sono consentite non oltre le sette ore di assenza.

Qualifica

Al termine del corso, i partecipanti riceveranno un **attestato di Preparatore fisico atletico degli sport di combattimento**

Firmato

Dott. Cosimo Sibia

Presidente della SRdS della Campania

Prof. Antonino Chieffo

Direttore Scientifico della SRdS della Campania

Dott. Sergio Roncelli

Delegato Coni per la provincia di Napoli

Napoli 30 settembre 2015