

**Corso di formazione
Tecnico di ginnastica posturale
in ambito sportivo di 1° livello**



Corso di Formazione



Scuola Regionale dello Sport Campania

7 MARZO – 12 APRILE 2026



Premessa

La posturologia studia i rapporti tra gli atteggiamenti abituali del corpo umano e le determinate patologie che potrebbero derivare da un errato assetto posturale. Infatti, squilibri di questo sistema possono determinare sollecitazioni anormali sulle strutture anatomiche con conseguente patologia prima infiammatoria e dolorosa e poi degenerativa. Il campo d'azione della posturologia è abbastanza ampio ed in piena evoluzione e coinvolge il mondo della medicina ortopedica, della fisioterapia, della massofisioterapia, dell'osteopatia, della cinesiologia e di tante altre discipline affini.



Obiettivi

Formare una figura tecnica capace di:

Interpretare diagnosi funzionali e cliniche redatte da medici specialisti;
Progettare moduli individualizzati di ginnastica posturale in ambito sportivo;

Intervenire per:

Ridurre o eliminare le interferenze dolorose prevenire infortuni,
Contrastare l'abbandono precoce dell'attività sportiva
Operare in sinergia con lo staff medico e tecnico.

Al termine del corso il corsista sarà in grado di:

Comprendere le principali alterazioni posturali in ambito sportivo
Leggere ed interpretare referti e diagnosi funzionali
Progettare percorsi individuali di ginnastica posturale;
Selezionare esercizi in funzione di:
Sport praticato, età, carico di lavoro e fase della stagione sportiva



Durata

Il corso avrà inizio sabato 7 marzo per proseguire nei giorni 14,21,22,28,29 marzo,11/4 e terminerà domenica 12 aprile 2026. Sarà suddiviso in otto giornate e costituito da 24 ore di formazione con modalità: **formazione a distanza e in presenza c/o il Palazzetto di Cercola, Na.**



Luogo di svolgimento

Palazzetto dello sport di Cercola via Matilde Serao, 17



Piattaforma digitale

Il corso si effettuerà sulla piattaforma digitale Microsoft Teams.



Materiale Didattico

Pc, webcam, tablet o smartphone e connessione internet stabile.



Destinatari

Diplomati Isef, laureati e laureandi in Scienze Motorie, laureati in fisioterapia e nelle professioni sanitarie della prevenzione e della riabilitazione.



Assenze

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

Istruzioni per l'utilizzo della piattaforma MICROSOFT TEAMS

1. **Scarica l'APP Microsoft Teams** (*segui il tutorial preparato dalla SRdS*)
2. **Registrati**
3. **Partecipa al corso**

Dopo aver effettuato l'iscrizione al corso suindicato, riceverete una mail di invito alle lezioni attraverso l'applicazione TEAMS di Microsoft. Per partecipare al Corso di Formazione online è sufficiente cliccare sul link "Partecipa alla riunione di Microsoft Teams" presente nella mail di convocazione.

Il sistema mostrerà più indicazioni, cliccare su:

1. Apri Microsoft Teams considerato che l'APP è già installata.

N.B. Scaricare l'APP è consigliabile per una migliore esperienza.

Una volta entrato nella classe virtuale comparirà una barra degli strumenti che ti consente di avere accesso alle funzionalità di seguito illustrate:



1. Visualizzare la durata della riunione
2. Attivare / disattivare la telecamera
3. Attivare / disattivare il microfono
4. Condividere con i partecipanti lo schermo del proprio computer (ad esempio per mostrare una presentazione in PowerPoint/Pdf/Word etc)
5. Varie funzionalità non fondamentali durante il Corso
6. Mostrare / nascondere la chat per scrivere o ricevere risposte dagli altri partecipanti
7. Mostrare / nascondere i partecipanti alla riunione
8. Disconnettersi dalla riunione

Note

- Per una migliore esperienza sulla piattaforma si consiglia di utilizzare un computer portatile o fisso, dotato di videocamera, microfono e audio.
- Durante il corso è consigliato tenere il microfono e la videocamera spenti, aprendoli sono in caso di domande o interventi.
- E' possibile intervenire negli ultimi dieci minuti della relazione per chiedere chiarimenti sugli argomenti trattati o con l'invio di un messaggio in chat o con domanda specifica al docente.

Struttura didattica



- Lezioni frontali online;
- Analisi di casi reali;
- Discussione guidata;
- Materiale didattico digitale
- Slide, schemi e protocolli operativi

Profilo professionale in uscita

Il tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo



- Lavora non **in diagnosi**, ma in ambito **educativo, preventivo e rieducativo funzionale**;
- Traduce le indicazioni cliniche in **esercizio motorio strutturato**;
- Adatta gli interventi posturali al **gesto sportivo specifico**;
- Integra la ginnastica posturale nella **programmazione dell'allenamento**.

Valutazione Finale



- Test di verifica dell'apprendimento
- Valutazione di un caso studio

Attestazione:

Al termine del corso i partecipanti riceveranno un attestato di “Tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo di 1° livello”.

Iscrizioni

La domanda, scaricata dal sito del Comitato Regionale CONI Campania (alla voce Scuola Regionale dello Sport-Corsi) compilata in ogni sua parte e corredata dalla copia del bonifico di euro 60,00 (sessanta), dovrà essere inviata entro le ore 20,00 del 4 marzo 2026 a: scuolaregionalesportcampania@coni.it Il bonifico dovrà essere intestato a : CONI COMITATO OLIMPICO NAZIONALE Causale: Cognome e Nome del corsista, corso di Tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo di 1° livello. IBAN IT97U0100503408000000013564

Contatti

Mail : Campania@coni.it - scuolaregionalesportcampania@coni.it

Telefono: 081 5793095. 081 5797713

Firmato

Prof. Sergio Roncelli Presidente Regionale CONI Campania

Prof. Antonino Chieffo Direttore Scientifico della SRdS Campania



SABATO 7 MARZO 2026

9,15

Accredito corsisti – Saluti Istituzionali

Coordinatore del corso: **Prof. Anna Fiore**

Tutor del corso: **Dott. Consiglia Laezza e Dott. Rosario D'Angelo**

9,30 – 12,30

Giorno 1 – Fondamenti di postura e sport

- Concetto di postura: definizione e modelli interpretativi;
- Basi neurofisiologiche del sistema tonico posturale;
- I recettori posturali;
- Richiami di anatomia funzionale.

🎯 Obiettivo: creare una **base concettuale comune**.

Luigi Barbati

SABATO 14 MARZO 2026

9,30 – 12,30

Giorno 2 – Postura e catene miofasciali

- Catene muscolari e miofasciali;
- Squilibri muscolari nello sport;
- Relazione tra catene e dolore;
- Adattamenti posturali indotti dall'allenamento.

🎯 Obiettivo: comprendere **da dove nasce il problema**.

Giovanni Postiglione

SABATO 21 MARZO 2026



9,30 – 12,30

Giorno 3 – Principali alterazioni posturali

Disfunzioni della colonna vertebrale

- Squilibri del bacino;
- Alterazioni degli arti inferiori;
- Postura e impatto sul gesto atletico.

🎯 Obiettivo: riconoscere le **alterazioni più frequenti negli sportivi**.

Giovanni Postiglione

DOMENICA 22 MARZO 2026

9,30 – 12,30

Giorno 4 – Diagnosi medica e ruolo del tecnico

- Tipologie di diagnosi (clinica, funzionale, strumentale);
- Cosa può e non può fare il tecnico;
- Lettura guidata di referti medici;
- Collaborazione medico–tecnico–allenatore.

🎯 Obiettivo: chiarire **confini professionali e responsabilità**.

Luigi Barbati

7 MARZO – 12 APRILE 2026



SABATO 28 MARZO 2026

9,30 – 12,30

Giorno 5 – Ginnastica posturale: metodi e principi

- Principi della ginnastica posturale;
- Mobilità, stabilità, controllo posturale;
- Respirazione e postura;
- Progressione degli esercizi.

🎯 Obiettivo: acquisire **strumenti operativi concreti**.

Giovanni Postiglione

DOMENICA 29 MARZO 2026

9,30 – 12,30

Giorno 6 – Valutazione posturale funzionale

- Esame posturale;
- Test funzionali di base;
- Analisi dei ricettori posturali;
- Raccolta dati e interpretazione.

🎯 Obiettivo: costruire una **valutazione utile alla progettazione**.

Luigi Barbatì





CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
CAMPANIA

7 MARZO – 12 APRILE 2026



SABATO 11 APRILE 2026

9,30 – 12,30

Giorno 7 – Progettazione dei moduli individuali

- Strutturazione di un modulo posturale personalizzato;
- Scelta degli esercizi;
- Dosaggio dei carichi;
- Integrazione con allenamento sportivo.

🎯 Obiettivo: **tradurre la diagnosi in programma personalizzato.**

Giovanni Postiglione

DOMENICA 12 APRILE 2026

9,30 – 12,30

Giorno 8 – Applicazioni pratiche e casi studio

- Casi studio in diversi sport;
- Prevenzione degli infortuni;
- Verifica finale dell'apprendimento.

🎯 Obiettivo: rendere il corsista **autonomo e consapevole.**

Luigi Barbatì



CONI
COMITATO
REGIONALE
CAMPANIA



PRESENTAZIONE DOCENTI

Dott. Luigi Barbati
Medico Odontoiatra

Prof. Giovanni Postiglione
Metodologo dell'insegnamento e dell'allenamento delle Scienze Motorie

