

Qualifica di 1° livello - CORSO BASE PER ALLENATORI/ISTRUTTORI SPORTIVI

disciplina GINNASTICA ARTISTICA

Programma del corso:

- SABATO 15 GENNAIO 2022 - DALLE 14.30 ALLE 18.30
- DOMENICA 16 GENNAIO 2022 - DALLE 9.30 ALLE 16.30
- GIOVEDI' 20 GENNAIO 2022 - DALLE 20.30 ALLE 22.30
- DOMENICA 23 GENNAIO 2022 - DALLE 9.30 ALLE 12.30
- MARTEDI' 25 GENNAIO 2022 - DALLE 20.30 ALLE 22.00
- MERCOLEDI' 02 FEBBRAIO DALLE 20.30 ALLE 22.30

SABATO 15 GENNAIO 2022 - DALLE 14.30 ALLE 18.30
DOMENICA 16 GENNAIO 2022 - DALLE 9.30 ALLE 16.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area tecnica Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici della disciplina	10	<p>Struttura di una lezione di ginnastica gioco</p> <ul style="list-style-type: none"> • percorsi ludico-motori • utilizzo di attrezzi occasionali e codificati <p>Conoscenza e allenamento degli elementi tecnici della disciplina</p> <ul style="list-style-type: none"> • il riscaldamento • la preparazione fisica generale e specifica <p>Gli attrezzi della ginnastica artistica femminile</p> <ul style="list-style-type: none"> • corpo libero: movimenti di base e loro sviluppo (rotolamenti, rovesciamenti, ribaltamenti) • mini trampolino: da attrezzo propedeutico a specialità • volteggio: la rincorsa e lo sviluppo dei salti • parallele: approccio all'attrezzo e preparazione fisica specifica 	<p>Prof. Daniele Tolomini</p> <p>Formatore FGI</p>

GIOVEDI' 20 GENNAIO 2022 - DALLE 20.30 – 22.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area medica	2	Nozioni di primo soccorso e traumatologia nella Ginnastica Artistica	Dott.ssa Sara Campagna Medico dello Sport Formatrice CSI Brescia

DOMENICA 23 GENNAIO 2022 - DALLE 9.30 ALLE 12.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area tecnica Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici disciplina	3	Gli attrezzi della ginnastica artistica femminile <ul style="list-style-type: none"> trave: parte artistica a terra e sulla trave L'assistenza importanza dall'assistenza diretta e indiretta	Prof. Daniele Tolomini Formatore FGI

MARTEDI' 25 GENNAIO 2022 - DALLE 20.30 – 22.00

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area medica e psicopedagogica	2	I bambini e il movimento <ul style="list-style-type: none"> Lo sviluppo motorio nel bambino; Le capacità coordinative e condizionali. Relazioni efficaci in ambito sportivo <ul style="list-style-type: none"> La relazione tra allenatore e atleta; Il rapporto coi genitori; La costruzione del team in uno sport individuale. 	Dott. Visini Alessandro Psicologo dello Sport Formatore CSI Brescia

Serata Conclusiva

MERCOLEDI' 02 FEBBRAIO dalle 20.30 alle 22.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area tecnica	2	IL TECNICO CSI ESAME FINALE	Emiliano Scafì Presidente CSI Brescia