

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

disciplina GINNASTICA ARTISTICA

SABATO 22 OTTOBRE 2022 - DALLE 14.30 ALLE 18.30
DOMENICA 23 OTTOBRE 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 | Struttura di una lezione di ginnastica gioco <ul style="list-style-type: none"> percorsi ludico-motori utilizzo di attrezzi occasionali e codificati Conoscenza e allenamento degli elementi tecnici della disciplina <ul style="list-style-type: none"> il riscaldamento la preparazione fisica generale e specifica Gli attrezzi della ginnastica artistica femminile <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 | Prof. Daniele Tolomini Formatore FGI |

VENERDI' 28 OTTOBRE 2022 - DALLE 20.00 ALLE 22.00

PIATTAFORMA ZOOM

| Area d'intervento | Ore | Argomenti da trattare per area | Relatore |
|----------------------------------|-----|---|---|
| area medica e psicopedagogica | 2 | Cenni di Anatomia Umana <ul style="list-style-type: none"> Muscoli, ossa e legamenti Traumi nella ginnastica artistica | Dott.ssa Campagna Sara Medico dello Sport Formatrice CSI Brescia |
| | | | |

SABATO 29 OTTOBRE 2022 - DALLE 14.30 ALLE 17.30

PIATTAFORMA ZOOM

| Area d'intervento | Ore | Argomenti da trattare per area | Relatore |
|--|-----|---|--|
| area tecnica Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici della 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 |
| | | | |

MERCOLEDI' 02 NOVEMBRE 2022 - DALLE 20.00 ALLE 22.00

PIATTAFORMA ZOOM

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

VENERDI' 4 NOVEMBRE dalle 20.30 alle 22.30

PIATTAFORMA ZOOM

| Area d'intervento | Ore | Argomenti da trattare per area | Relatore |
|-------------------|-----|--------------------------------|--|
| area tecnica | 2 | Esame finale | <p>Giacomo Bianchi Commissione Formazione CSI Brescia</p> |