

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 • 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>