

# **CORSO per ISTRUTTORE di CALCIO, GINNASTICA RITMICA, DANZA SPORTIVA**

**(2° Livello SNaQ)- durata 36 ore**

**13-14 febbraio 2016 Parte Generale (20 ore):**

**Metodologia dell'Insegnamento**

**Metodologia dell'Allenamento**

**Psicologia dello Sport**

**Medicina dello Sport**

**Organizzazione sportiva Italiana**

**20-21 febbraio 2016**

**Parte Specifica (16 ore):**

**Discipline: calcio, ginnastica ritmica, danza sportiva**

**Al corso potranno iscriversi i tesserati del CNS Libertas in possesso della qualifica di Operatore Sportivo di Base o di Promotore sportivo di Disciplina.**

**La qualifica tecnica Libertas è riconosciuta dal CONI e validata da DUE Agenzie di Certificazione.**

**Possiede pertanto tutti i requisiti formali e sostanziali per soddisfare i criteri delle varie leggi Regionali ed Europee in conformità al Sistema Europeo di Qualifiche (EQF).**

# Corso per Istruttori di disciplina (Calcio, Ginnastica ritmica, Danza sportiva) (2° livello S.Na.Q.) - durata 36 ore

## 13/14/ - 20/21 febbraio 2016

Aula informatica Scuola Media "A. Balzico"- Cava de' Tirreni  
Palestre e strutture sportive cittadine.

**L'ISTRUTTORE** è la figura tecnica di base dell'Ente. Si tratta di un operatore sportivo **qualificato in una specifica disciplina**, in possesso di competenze tecniche, metodologiche e psicopedagogiche in grado di condurre le esercitazioni pratiche con efficacia e sicurezza. Particolarmente attento alla salute psicofisica degli allievi si occupa sia dell'istruzione tecnica di base che dell'addestramento giovanile, in particolare dell'attività preagonistica ed agonistica. Può svolgere la funzione di allenatore anche nel settore amatoriale. Viene formato con un apposito corso che prevede una parte generale, con nozioni di Medicina dello Sport, di Metodologia dell'allenamento e Metodologia dell'insegnamento, ed una specifica, teorica e pratica, riferita alla disciplina. Può svolgere funzioni di tutoraggio nei confronti degli operatori di base e promotori di disciplina e può avere funzioni di coordinamento in una Scuola Tecnica Libertas (o **Scuole di Promozione Sportiva S.P.S.**) Le lezioni in aula (20 ore) del primo fine settimana saranno tese a dare una visione quanto più completa dell'anatomia e fisiologia del corpo umano, nozioni essenziali per poter scegliere in maniera consapevole interventi e azioni risolutivi e non dannosi, ma anche di metodologia e psicologia dell'insegnamento nonché nozioni di legislazione sportiva, argomento sempre più necessario viste le novità in ambito amministrativo, e primo soccorso. Nella seconda parte del corso (16 ore) le lezioni frontali e in palestra o struttura sportiva, a seconda della disciplina scelta, saranno tenute da formatori di disciplina qualificati, con programmi specifici, comunicati al termine delle lezioni della prima fase del corso.

**COSTO del Corso: € 170,00**

(comprensivi di assicurazione, attestato di qualifica tecnica Libertas - S.Na.Q., iscrizione all'Albo Tecnico Nazionale Libertas).

### **MATERIE DELLE LEZIONI IN AULA (13-14 FEBBRAIO)**

Metodologia dell'Insegnamento  
Metodologia dell'allenamento  
Psicopedagogia e comunicazione

Medicina dello Sport e Primo Soccorso  
Organizzazione sportiva italiana  
Responsabilità civile e penale del tecnico  
Disabilità e integrazione motoria.

**MATERIE DELLE LEZIONI FRONTALI E IN PALESTRA (20-21 FEBBRAIO)**

Didattica e Analisi tecnica del movimento: Calcio, Ginnastica ritmica, Danza sportiva.

CALENDARIO **SABATO 13 febbraio (10 ore)**

ORARIO INIZIO	ORARIO FINE	MODULO	RELATORE
8,30	8,45	PRESENTAZIONE DEL CORSO	
8,45	12,45	Metodologia dell'Insegnamento- prima parte (4 h)	Dott. Visintin P.
12,45	13,45	PAUSA PRANZO	
13,45	15,45	Metodologia dell'Insegnamento- seconda parte (2 h)	Dott. Visintin P.
15,45	16,00	Coffee break	
16.00	20,00	Metodologia dell'Allenamento (4 h)	Dott. Visintin P.

CALENDARIO **DOMENICA 14 febbraio (10 ore)**

ORARIO INIZIO	ORARIO FINE	MODULO	RELATORE
8,30	9,30	Organizzazione dello Sport (1 h)	Di Martino A.
9,30	12,30	Medicina dello Sport e Primo Soccorso (3 h)	Dott. Grieco L. e docenti Croce Rossa Italiana
12,30	13,30	Cenni sulla diversità e integrazione motoria (1 h)	
13,30	14,30	Pausa pranzo	
14,30	17,30	Psicologia dello Sport (3 h)	dott.ssa Esposito F.
17,30	19,30	Responsabilità civili e penali del tecnico (2 h)	Di Martino A.

**PIANO di STUDIO**

Moduli formativi per n. 20 h in aula

**Medicina dello Sport - (3 h)**

- Apparato circolatorio
- Apparato respiratorio SNC e SNP
- Apparato locomotore e fisiologia muscolare
- Alimentazione ed esercizio fisico
- Primo soccorso

**Disabilità e integrazione motoria (1 h)**

- Disabilità mentali e fisiche

**Psicologia e Sport – (3 h)**

- Personalità e sviluppo (Emotivo, cognitivo, sociale e motorio)
- L'ansia nell'apprendimento e nella competizione
- Le motivazioni alle attività motorie e sportive
- La motivazione alla competenza
- Il gioco
- Suggerimenti pratici per incrementare la motivazione
- La conduzione del gruppo
- Gruppi infantili e giovanili
- La leadership

#### **Organizzazione dello Sport Legislazione Sportiva (1 h)**

- Gli Enti Sportivi italiani
- Responsabilità soggettive e oggettive del tecnico
- Normative per lo sportivo dilettantistico

#### **Responsabilità civili e penali del Tecnico (2 h)**

- Responsabilità nella gestione di gruppi di minori

#### **Metodologia dell'Insegnamento – (4 h)**

- I fondamenti della comunicazione didattica:
- La comunicazione verbale e non verbale
- Gli ostacoli alla comunicazione
- L'apprendimento motorio
- Le modalità di apprendimento
- Forme principali di apprendimento
- Fattori che influenzano l'apprendimento motorio
- Le fasi dello sviluppo della coordinazione
- Il programma motorio
- Le curve di apprendimento
- La tecnica e la correzione degli errori
- Il feedback
- Feedback e motivazione
- L'Etica dello sport
- Le responsabilità dell'allenatore/Istruttore
- I genitori
- L'attività

#### **Metodologia dell'allenamento – 6 h**

- Adattamento e supercompensazione
- I principi dell'allenamento sportivo
- Schemi motori di base
- Capacità coordinative e capacità condizionali
- Mobilità articolare
- Le abilità motorie
- Il piano pluriennale di allenamento

- Il piano annuale
- Il controllo dell'allenamento.

**Moduli formativi per n. 16 h in struttura sportiva**  
**PROGRAMMA DETTAGLIATO AL TERMINE DELLA PRIMA PARTE DEL CORSO**  
**CALENDARIO SABATO 20 febbraio (8 ORE)**

ORARIO INIZIO	ORARIO FINE	MODULO	RELATORE
9,00	13,00		
13,00	14,30	PAUSA PRANZO	
14,30	18,30		

**CALENDARIO DOMENICA 21 febbraio (8 ore)**

ORARIO INIZIO	ORARIO FINE	MODULO	RELATORE
9,00	13,00		
13,00	14,30	PAUSA PRANZO	
14,30	18,30		

Al termine del corso è previsto un test finale per il rilascio dell'attestato di **ISTRUTTORE di Disciplina**, ricosciuto dall'Ente di Promozione Sportiva C.N.S. Libertas, che provvederà all'iscrizione all'Albo Tecnico Nazionale.

Il Centro Nazionale Sportivo Libertas è l'unico ente del settore ad avere sia la certificazione per la gestione del sistema di qualità della formazione **UNI ISO 9001:2008**, ma anche la certificazione **UNI ISO 29990:2011** per la formazione non formale, specifica per l'erogazione di servizi per l'apprendimento **ricosciuta a livello europeo**, che garantiscono la qualità e l'adeguatezza della formazione erogata.

Inoltre ha aderito al Sistema Nazionale delle Qualifiche Tecniche **SNaQ del CONI** che è il quadro generale di riferimento per il conseguimento delle qualifiche dei tecnici sportivi in conformità al Sistema Europeo di Qualifiche (EQF) e per la loro certificazione.

Seguendo il percorso formativo proposto dalla Libertas ci si assicura una formazione professionale a carattere Europeo e degli attestati spendibili anche presso le Pubbliche Amministrazioni in quanto in linea con tutte le leggi regionali ad oggi emanate. ([www.libertasnazionale.it](http://www.libertasnazionale.it))