

CORSO DI FORMAZIONE

**Preparatore fisico atletico degli
sport da combattimento**



SRdS Campania

28 gennaio – 18 febbraio 2023

Corso di Formazione



Premessa

Il corso di formazione di Preparatore fisico atletico negli sport di combattimento intende evidenziare le radicali differenziazioni e modificazioni dei mezzi e delle metodologie di allenamento che oggi le varie discipline utilizzano per lo sviluppo delle capacità organiche muscolari e coordinative. Il corsista avrà occasioni di confronto sia di ordine teorico che pratico con tecnici provenienti da diversi ambiti sportivi sul tema dell'allenamento e della preparazione fisico-atletica. Saranno, quindi, effettuati interventi teorico-pratici esemplificativi delle modalità di preparazione e di valutazione nelle differenti discipline sportive.

N.B. L'attività formativa del primo semestre 2023 riprenderà ad operare in presenza e contemporaneamente in modalità on line. Le ore di lezione saranno tenute dai docenti presso la sala convegni (parte teorica) e presso le palestre (parte pratica) del CENTRO SPORTIVO DI CERCOLA, Na e contemporaneamente dette lezioni saranno trasmesse on line sulla piattaforma Microsoft Teams.



Obiettivi:

Fornire specifiche competenze di preparazione fisica atletica per gli sport da combattimento, sia teoriche che pratiche su attuali metodologie di allenamento, sia a carico naturale e sia con l'ausilio di attrezzature specifiche. Il corso, mira a realizzare una formazione molto qualificata con l'obiettivo di preparare una particolare figura dotata di competenze specifiche nella gestione di giovani atleti, con il supporto di elementi di biologia dello sport, fisiologia, medicina dello sport, biomeccanica funzionale, nutrizione, metodologia dell'allenamento generale, specifico e speciale di settore da combattimento.



Durata:

Il corso avrà inizio sabato 28 gennaio per proseguire nei giorni 29/1, 4/5/11/12 febbraio e terminerà sabato 18 febbraio 2023. Sarà suddiviso in 5 giornate (di ore 4.30 al giorno) e costituito da 30 ore di formazione.



Destinatari:

Trenta Unità del Comando Forze Armate Operative Sud ed a laureati e laureandi in Scienze Motorie, Tecnici di FSN, DSA, EPS, ex atleti in possesso del diploma di licenza media di 2° grado e che abbiano compiuto i diciotto anni d'età.



Piattaforma digitale:

Il corso si effettuerà in presenza.



Materiale didattico

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



Assenze

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



Luogo di svolgimento

Centro Sportivo - Via Matilde Serao 17/B - Cercola - 80040 - (Na)



CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
CAMPANIA

Struttura didattica:

Per il conseguimento degli obiettivi formativi e didattici, il corso prevede i seguenti moduli

Modulo 1 Area psico-pedagogica

Modulo 2 Area medica.

Modulo 3 Area tecnica-metodologica.

Modulo 4 La preparazione atletica teorico-pratica di otto discipline sportive di combattimento (Lotta, Judo, Pugilato, Scherma, Taekwondo, Karate, Kickboxing e Wushu Kung-fu)

Modulo 5 La valutazione.

Processo didattico per corsisti on line:

Lo strumento didattico che verrà utilizzato è la lezione a distanza (e – learning) integrata con materiale didattico multimediale condiviso attraverso discussioni guidate per eventuali approfondimenti degli argomenti trattati.

Processo didattico per corsisti in presenza:

Lezioni frontali con l'ausilio di materiale audiovisivo;
Discussione in aula per eventuali approfondimenti degli argomenti trattati; Lavori di gruppo da svolgere in aula ed in palestra;

Conoscenze ed uso delle attrezzature utilizzate.

Valutazione finale:

Ogni corsista dovrà rispondere, in maniera esaustiva e personalizzata, ad almeno due delle tre domande formulate dalla commissione su argomenti trattati durante il corso.

Attestazione:

Al termine del corso, i partecipanti riceveranno un attestato di "Preparatore fisico atletico degli sport di combattimento"

Iscrizioni:

La domanda, scaricata dal sito Comitato Regionale CONI Campania/scuola/corso, 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 26 gennaio a: (scuolaregionalesportcampania@coni.it). Il bonifico dovrà essere intestato a CONI – Comitato Regionale Campania via A.Longo 46/E 80127 Napoli. Causale : Cognome e nome del corsista corso di Preparatore fisico atletico degli sport di combattimento. IBAN : IT 97U0100503408000000013564. In caso di mancata partecipazione, il bonifico non sarà restituito ma potrà essere utilizzato per la partecipazione ad altri corsi di formazione indetti dalla SRdS della Campania.

Firmato

Prof. Sergio Roncelli - Presidente Regionale CONI Campania

Prof. Antonino Chieffo - Direttore Scientifico SRdS della Campania



Sabato 28 gennaio

Ore 8,45

Accredito corsisti

Saluti di benvenuto

Coordinatore del corso: **Prof. Antonino Chieffo**

Tutor del corso: **Dott. Consiglia Laezza**

9.00/10.30

Modulo - 3 - La preparazione fisica degli sport di combattimento.
Allenamento specifico e speciale

Armando Sangiorgio

10.30/11.50

Modulo - 1 – Abilità mentali e sport di combattimento.

Giuseppe Gendolavigna

11.50/12.00

Break

Break

12.00/13.30

Modulo 2 – Elementi di anatomia e fisiologia funzionale. Nutrizione e sport, fabbisogno ed apporto calorico degli alimenti agli atleti degli sport di combattimento.

Giovanni Vivona

Domenica 29 gennaio

09,00/1030

Modulo - 3 – Test di valutazione negli sport di combattimento.

Salvatore Tamburro

10.30/11.50

Modulo – 3 - Il WARM – UP per il combattente.

Lucio Maurino

11.50/12.00

Break

Break

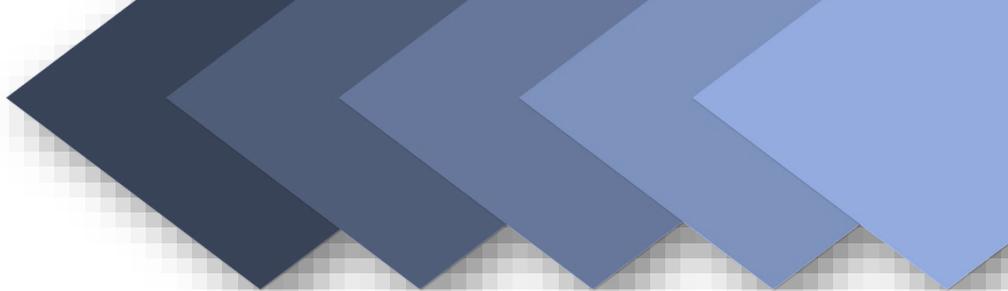
12.00/13.30

Modulo - 3 – Core training e sport di combattimento.

Lucio Maurino



CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
CAMPANIA



Sabato 4 febbraio

09,00/10.30	Modulo - 3 - Allenamento e sviluppo della rapidità e della mobilità articolare nella preparazione fisico atletica.	Pasquale Cuffaro
10.25/10.35	Modulo 3 – Le basi di biomeccanica negli sport di combattimento	Arturo Di Mezza
10.35/12.00	Break	Break
12.00/13.30	Modulo - 3 - Allenamento e sviluppo della capacità di forza e della resistenza nella preparazione fisico atletica.	Diego Di Guida

Domenica 5 febbraio

09,00/10.30	Modulo - 3 - La valutazione della forza, della resistenza, della rapidità e della mobilità articolare nella preparazione fisico atletica	Vito Leonardi
10.30/11.50	Modulo – 4 – Mezzi e metodi allenamento del Judo	Francesco Nasti
11.50/12.00	Break	Break
12.00/13.30	Modulo 4 – Mezzi e metodi allenamento del Kickboxing.	Gianluca Amato



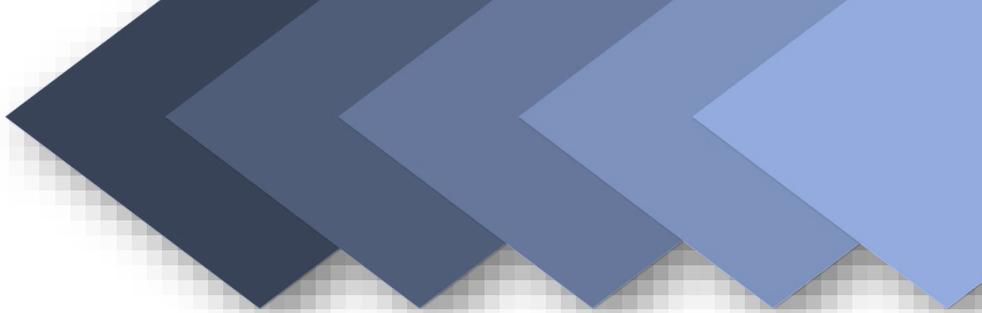
Sabato 11 febbraio

09,00/10.30	Modulo – 4- Mezzi e metodi di allenamento della Lotta.	Giuseppe Cristiano
10.30/11.50	Modulo 4 – Mezzi e metodi di allenamento del Pugilato.	Valerio Esposito
11.50/12.00	Break	Break
12.00/13.30	Modulo 4 - Mezzi e metodi di allenamento della Scherma.	Valeria Agosti

Domenica 12 febbraio

09.00/10.30	Modulo - 4 - Mezzi e metodi di allenamento del Taekwondo.	Francesco Rocciola
10.30/11.50	Modulo - 4 - Mezzi e metodi di allenamento del Karate.	Salvatore Tamburro
11.50/12.00	Break	Break
12.00/13.30	Modulo 4 – Mezzi e metodi di allenamento del Wushu Kung Fu.	Giuseppe Autorino





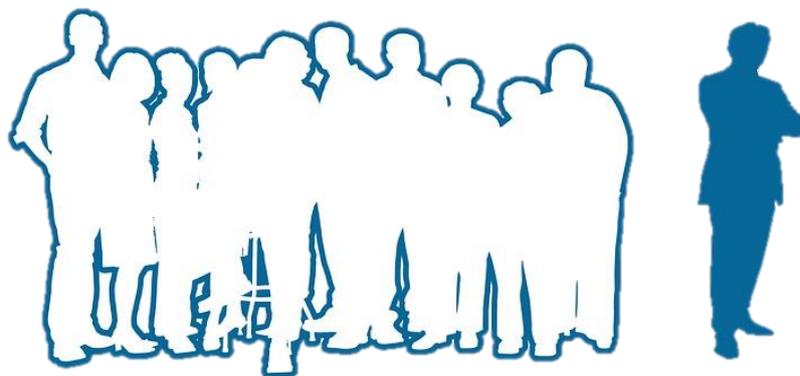
Sabato 18 febbraio

09,00/12.00

Modulo - 5 – Valutazione finale.

Diego Di Guida

Eugenio Leonardi



PRESENTAZIONE DOCENTI

Prof. Armando Sangiorgio

Docente della SRdS
della Campania

Dott. Giovanni Vivona

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Vito Leonardi

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Diego Di Guida

Esperto della SRdS
della Campania

Prof. Arturo Di Mezza

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Valeria Agosti

Esperto della SRdS
della Campania

Prof. Pasquale Cuffaro

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Francesco Rocciola

Preparatore Fisico Atl.
del Taekwondo

Prof. Salvatore Tamburro

Preparatore Fisico Atl.
del Karate

Prof. Valerio Esposito

Preparatore Fisico Atl.
del Pugilato

Prof. Francesco Nasti

Preparatore Fisico Atl.
del Judo

Prof. Gianluca Amato

Preparatore Fisico Atl.
del Kickboxing

Prof. Giuseppe Autorino

Preparatore Fisico Atl.
del Wushu kung - Fu

Prof. Giuseppe Cristiano

Preparatore Fisico Atl.
della Lotta

Prof. Lucio Maurino

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Giuseppe
Gendolavigna**

Esperto della SRdS
della Campania

INFORMATIVA

ex art. 13 del Regolamento (UE) 2016/679 (in seguito "GDPR")

Gentile Signore/a,

ai sensi dell'articolo 13 del GDPR, La informiamo che il Coni Servizi S.p.A. - con sede in Roma. P.zza Lauro de Bosis 15, in qualità di Titolare del trattamento, tratterà — per le finalità e le modalità di seguito riportate — i dati personali da Lei forniti all'atto del procedimento di iscrizione. In particolare Coni Servizi S.p.A. tratterà i seguenti dati personali:

- a) dati anagrafici e identificativi (nome e cognome, data e luogo di nascita, telefono, indirizzo e mail pec, codice fiscale, residenza e domicilio);
- b) dati curriculari;
- c) dati bancari.

1. Base giuridica e finalità del trattamento.

Il trattamento è fondato sul Suo consenso ed è finalizzato a:

- 1.1. gestione della Sua richiesta di iscrizione Gestione amministrativa e contabile della domanda di partecipazione e/o ammissione ai corsi e master organizzati dalla Scuola dello Sport da Lei selezionato;
- 1.2. invio di materiale informativo e/o pubblicitario relativo ad iniziative commerciali e promozionali, della Scuola dello Sport.

2. Modalità del trattamento

Il trattamento dei Suoi dati personali è realizzato, anche con l'ausilio di mezzi elettronici, per mezzo delle operazioni indicate all'art. 4 Codice e all'art. 4 n. 2) GDPR e precisamente: il trattamento dei dati personali potrà consistere nella raccolta, registrazione, organizzazione, consultazione, elaborazione, modificazione, selezione, estrazione, raffronto, utilizzo, interconnessione, blocco, comunicazione, cancellazione e distruzione dei dati.

3. Obbligatorietà del conferimento

Il conferimento dei dati è obbligatorio per il raggiungimento delle finalità di cui al punto 1.1. ed un eventuale rifiuto di fornire i dati comporterà l'impossibilità di procedere al completamento del procedimento di selezione e/o iscrizione.

Il conferimento dei dati di cui alla lettera a) per le finalità di cui ai punti 1.2 è facoltativo.

4. Ambito di comunicazione dei dati

Dei suoi dati personali può venire altresì a conoscenza in qualità in "incaricato al trattamento" il personale appositamente nominato da CONI Servizi SpA, e potranno essere trattati per conto della Società da soggetti esterni designati come Responsabili.

I dati personali da Lei forniti potranno essere comunicati a Enti e Pubbliche Amministrazioni per fini di legge ed in generale a soggetti legittimati dalla legge a richiedere i dati. I dati personali da Lei forniti non saranno oggetto di diffusione.

5. Trasferimento dei dati all'estero.

5.1. I dati personali sono conservati su server ubicati all'interno della Comunità Europea. Resta in ogni caso inteso che il Titolare, ove si rendesse necessario, avrà facoltà di spostare i server anche extra-UE. In tal caso, il Titolare assicura sin d'ora che il trasferimento dei dati extra-UE avverrà in conformità alle disposizioni di legge applicabili ed in particolare quelle di cui al Titolo V del GDPR oppure previa sottoscrizione di clausole contrattuali standard (standardcontractualclauses) approvate ed adottate dalla Commissione Europea.

5.2. Al di fuori delle ipotesi di cui al punto 5.1., i Suoi dati non saranno trasferiti extra-UE

6. Periodo di conservazione dei dati

I Suoi dati saranno conservati per il periodo necessario al conseguimento delle finalità per i quali sono stati acquisiti e conformemente alle specifiche previsioni di legge al riguardo. La verifica sulla obsolescenza sui dati oggetto di trattamento rispetto alle finalità per le quali sono stati raccolti e trattati viene effettuata periodicamente.

7. Titolare del trattamento Coni Servizi S.p.A.

Con sede in Roma P.zza Lauro de Bosis, 15

8. Responsabile della protezione dei dati

La scrivente società ha nominato un Responsabile della protezione dei dati, contattabile al seguente indirizzo: dpo@cert.coni.it

9. Diritti dell'interessato

In qualunque momento potrà conoscere i dati che La riguardano, sapere come sono stati acquisiti, verificare se sono esatti, completi, aggiornati e ben custoditi, di ricevere i dati in un formato strutturato, di uso comune e leggibile da dispositivo automatico, di revocare il consenso eventualmente prestato relativamente al trattamento dei Suoi dati in qualsiasi momento ed opporsi in tutto od in parte, all'utilizzo degli stessi e di proporre reclamo al Garante per la protezione dei dati personali.

Tali diritti possono essere esercitati attraverso specifica istanza da indirizzare tramite raccomandata — o posta elettronica - al Titolare del trattamento.

Il Titolare del Trattamento