



Comunicato n. 1 del 6 maggio 2019

PIATTAFORMA S.O.F.I.A.

Corsi della Scuola regionale dello Sport Abruzzo in favore del mondo Scuola

Informiamo che alcuni Seminari organizzati dalla Scuola dello Sport Abruzzo ed in programma nei prossimi giorni sono stati inseriti sulla Piattaforma SOFIA (*Sistema Operativo per la Formazione e le Iniziative di Aggiornamento dei docenti*) realizzata dal M.I.U.R. e istituita con direttiva ministeriale 170/2016 che consente l'accreditamento, la qualificazione ed il riconoscimento di corsi a vantaggio dei docenti della Scuola per l'Infanzia e delle Scuole Primarie e Secondarie.

E' necessario iscriversi sulla piattaforma SOFIA per poter partecipare e vedere riconosciuti i crediti formativi. La partecipazione è gratuita.

I Seminari – riconosciuti per i Docenti di Scuola Secondaria di I e II grado - presenti al momento sono:

1. **“GLI SCHEMI ACROBATICI NELLE DIVERSE DISCIPLINE SPORTIVE”** – 1 giugno 2019 – TERAMO – **codice 30675**
2. **“WALKING TRAINING: valutazione, programmazione e conduzione”** – 8 giugno 2019 – CHIETI – **codice 30676**
3. **“AGILITÀ E CAMBIO DI DIREZIONE PER LO SPORT”** – 15 giugno 2019 - CHIETI – **codice 30669**

Nelle locandine dei corsi troverete tutte le altre notizie logistiche.



“GLI SCHEMI ACROBATICI NELLE DIVERSE DISCIPLINE SPORTIVE ”

Sabato, 1 giugno 2019

Palaginnastica di Villa Pavone, Via Camillo Bruschelli, Teramo

Durante il corso saranno trattati aspetti teorici e pratici sullo sviluppo delle capacità motorie e delle abilità sportive sviluppate con la pre-acrobatica. Saranno presenti giovani ginnasti che dimostreranno l'allenamento pratico.

Il seminario avrà carattere teorico-pratico, in quanto sono previste presentazioni teoriche e proposte applicative. Si consiglia, pertanto, un abbigliamento sportivo al fine di potersi cimentare nelle esercitazioni pratiche, insieme ai bambini.

Destinatari

Gli incontri sono rivolti a tecnici sportivi, preparatori fisici, insegnanti di educazione fisica, laureati in scienze motorie e studenti in scienze motorie.

Relatore

Prof. Giorgio Colombo - *Docente Scienze Motorie e Sportive presso LS Galileo Galilei Caravaggio - Referente nazionale dei Centri CONI per la FGI, Allenatore di IV livello Europeo e Tecnico Nazionale FGI esperto di settore giovanile.*

Coadiuvato dal

Dott. Alessandro Scorrano - *Docente Scuola dello Sport e Preparatore Fisico*

Programma

| | |
|------------------------|--|
| Ore 9:30 | Accredito dei partecipanti. |
| Ore 10:00-13:00 | Processi di apprendimento e classificazione dei principali schemi di azione funzionali all'acrobatica. Il ruolo degli schemi acrobatici nella preparazione tecnica e fisica nei diversi sport. Mezzi e metodi per l'apprendimento dell'acrobatica. Criteri di assistenza e sicurezza. |
| Ore 13:00-14:00 | Pausa |
| Ore 15:00-18:30 | La Pre-acrobatica di base per lo sviluppo coordinativo - proposte didattiche e applicazioni pratiche. Tecnica e didattica dei principali elementi di pre-acrobatica. Il mini - trampolino e il trampolino elastico - proposte didattiche e applicazioni pratiche. Tecnica di assistenza e protocolli di sicurezza |
| Ore 18:30-19:00 | Discussione. Conclusione e consegna attestati |

PER ISCRIZIONI :

ACCEDERE ALLA PIATTAFORMA S.O.F.I.A. E CERCARE IL **CODICE 30675**



“Walking training: valutazione, programmazione e conduzione”

**Sabato 8 giugno 2019 - Scienze dell'Educazione Motoria –
Fondazione Ciapi, Viale Abruzzo, 322 – 66100 Chieti Scalo**

Finalità

Durante il corso saranno trattati i presupposti teorici e pratici per un corretto avviamento al Walking Training. In particolare, ai partecipanti verranno forniti strumenti efficaci per:

- Il sistema fasciale;
- Le catene meccaniche;
- Il “sistema cammino”;
- identificare il livello di fitness individuale e scegliere la giusta durata ed intensità di allenamento;
- periodizzare l'allenamento e monitorarne l'intensità;
- condurre un gruppo di cammino.

Il seminario avrà carattere teorico-pratico, in quanto sono previste presentazioni teoriche e proposte applicative. Si consiglia, pertanto, un abbigliamento sportivo e di venire muniti di un asciugamano.

Destinatari

L'incontro è rivolto a laureati e studenti in scienze motorie, laureati e studenti S.T.A.M.P.A., tecnici sportivi, preparatori fisici, insegnanti di Educazione Fisica delle Scuole Secondarie di I e II livello.

Relatori

Dott. Andrea Di Blasio

Università degli Studi “G. d'Annunzio” di Chieti-Pescara, Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento

Dott. Pascal Izzicupo

Docente Scuola Regionale dello Sport Abruzzo, CONI Abruzzo
Università degli Studi “G. d'Annunzio” di Chieti-Pescara, Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento

Programma

| | |
|------------------------|---|
| ore 8:30 | Accredito dei partecipanti |
| Ore 9:00-10:30 | Teoria. Anatomia della fascia, delle catene meccaniche e del cammino. |
| Ore 10:30-10:45 | Pausa |
| Ore 10:45-12:00 | Teoria. Fisiologia, endocrinologia ed effetti benefici del cammino. |
| Ore 12:00-13:00 | Pratica. I test di stima della capacità della fitness aerobica. |
| Ore 13:00-14:00 | Pausa pranzo |
| Ore 14:00-15:00 | Teoria. Programmazione e conduzione dell'allenamento. |
| Ore 15:00-17:00 | Pratica. Insegnare a porre attenzione all'assetto posturale durante la camminata; insegnare ad assumere la giusta postura attivando in maniera corretta la muscolatura del CORE |
| Ore 17:00-17:15 | Pausa |
| Ore 17:15-18:00 | Pratica. Una seduta tipo: il riscaldamento, la fase centrale, il defaticamento e gli esercizi accessori |
| Ore 18:00-18:30 | Discussione, conclusione e consegna attestati |

PER ISCRIZIONI :

ACCEDERE ALLA PIATTAFORMA S.O.F.I.A. E CERCARE IL **CODICE 30676**



“Agilità e cambio di direzione per lo sport”

Sabato 15 giugno 2019

Palauda, Campus Universitario, Via dei Vestini 31 – 66100 Chieti Scalo

Finalità

Durante il corso saranno trattati i presupposti teorici e pratici per un corretto approccio all'allenamento dell'agilità e del cambio di direzione (change of direction, COD). In particolare, ai partecipanti verranno forniti strumenti relativi a:

- Moderne definizioni di agilità e COD;
- Gli elementi chiave di agilità e COD;
- I test per l'agilità e il COD;
- Elementi propedeutici per un COD efficace e per la prevenzione degli infortuni;
- La costruzione di una seduta di COD;
- L'inserimento nella programmazione e la personalizzazione degli esercizi.

Il seminario avrà carattere teorico-pratico, in quanto sono previste presentazioni teoriche e proposte applicative. Si consiglia, pertanto, un abbigliamento sportivo e di venire muniti di un asciugamano.

Destinatari

L'incontro è rivolto a laureati e studenti in scienze motorie, laureati e studenti S.T.A.M.P.A., tecnici sportivi, preparatori fisici, insegnanti di Educazione Fisica delle Scuole Secondarie di I e II livello.

Relatori

Dott. Pascal Izzicupo

Docente Scuola Regionale dello Sport Abruzzo, CONI Abruzzo
Università degli Studi “G. d'Annunzio” di Chieti-Pescara, Dipartimento di Medicina e Scienze dell'Invecchiamento

Dott. Andrea Zampacorta

Laureato in Scienze e Tecniche Delle Attività Motorie Preventive e Adattate presso l'Università degli Studi “G. d'Annunzio” di Chieti-Pescara.

Dott. Andrea Agrello

Laureato in Scienze e Tecniche Dello Sport. Preparatore Atletico Professionista e allenatore di Base e Giovani Calciatori presso il Centro Tecnico federale di Coverciano.

Programma

| | |
|------------------------|--|
| Ore 8:30 | Accredito dei partecipanti |
| Ore 9:00-10:30 | Teoria. Agilità e velocità di COD. |
| Ore 10:30-10:45 | Pausa |
| Ore 10:45-12:00 | Pratica. I test. |
| Ore 12:00-13:00 | Teoria. Elementi propedeutici e prevenzione degli infortuni. |
| Ore 13:00-14:30 | Pausa pranzo |
| Ore 14:30-16:00 | Pratica. Esercizi propedeutici. |
| Ore 16:00-16:30 | Pausa |
| Ore 16:30-18:00 | Pratica. Gli esercizi per una seduta di COD. |
| Ore 18:00-18:30 | Teoria. Discussione finale sulla programmazione. |

PER ISCRIZIONI :

ACCEDERE ALLA PIATTAFORMA S.O.F.I.A. E CERCARE IL **CODICE 30669**