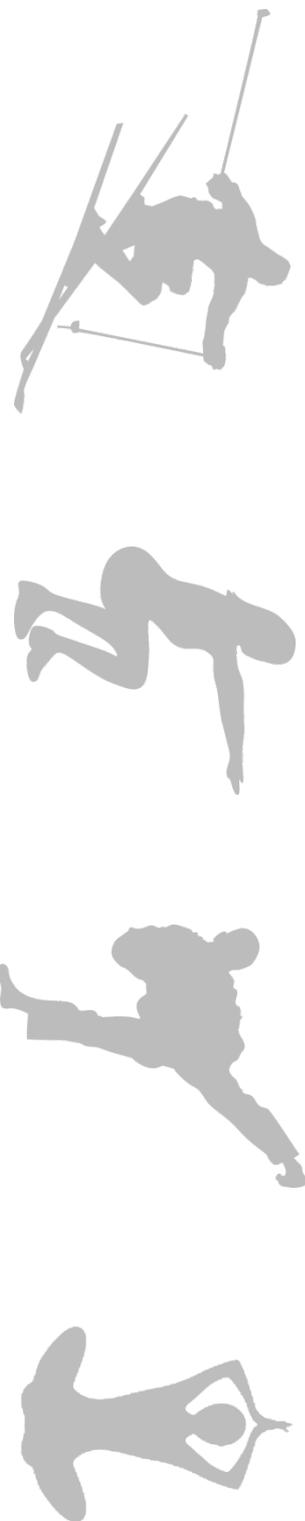


CORSO DI FORMAZIONE

**PREPARATORE FISICO ATLETICO DEGLI SPORT
DA COMBATTIMENTO 2° LIVELLO**



Corso di Formazione



SRdS Campania

29 Ottobre - 30 Novembre 2022



Premessa

La prima testimonianza di sport di combattimento risale ai giochi olimpici del 648 a.C. con il pancrazio, che consentiva agli atleti di usare ogni tecnica pugilistica e di lotta. Le uniche regole alle origini erano di non mordere e di non colpire gli occhi. Il vincitore era decretato per sottomissione, perdita di sensi o addirittura morte.

N.B. L'attività formativa del secondo semestre 2022 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 CENTO SPORTIVO DI CERCOLA, Na e contemporaneamente dette lezioni saranno trasmesse on line sulla piattaforma Microsoft Teams.



Obiettivi:

La formazione di un tecnico che con le conoscenze acquisite col medesimo corso di 1° livello e con l'implementazione dei tirocini tecnici pratici, previsti da questo nuovo corso di 2° livello possa 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.



Durata

Il corso avrà inizio sabato 29 ottobre per proseguire nei giorni 5, 12, 19, 26 novembre e terminerà con la valutazione finale il 30/11 2022. Sarà suddiviso in sei giornate e costituito da 24 ore di formazione.



Destinatari: Laureati e laureandi in Scienze Motorie, Tecnici di FSN, DSA, EPS, Operatori delle FF.AA. che siano in possesso dell'attestato di 1° livello di preparatore fisico atletico degli sport di combattimento.



Luogo di svolgimento

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



Piattaforma digitale

Il corso si effettuerà sulla piattaforma digitale Microsoft Teams.



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

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** Area giuridica.
- Modulo 5** Area dell'alimentazione.
- Modulo 6** La valutazione finale

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 di secondo livello."

Iscrizioni:

La domanda, scaricata dal sito "Comitato Regionale Coni Campania", alla voce SCUOLA REGIONALE- Corsi, 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 27 ottobre 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 2° livello. 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 della SRdS

Istruzioni per l'utilizzo della piattaforma MICROSOFT TEAMS

1. Scarica l'APP Microsoft Teams (segui il tutorial preparato dalla SRdS)
2. Registrati
3. Partecipa al corso

Dopo aver effettuato l'iscrizione al corso suindicato riceverete una mail di invito alle lezioni attraverso l'applicazione TEAMS di Microsoft. Per partecipare al Corso di Formazione online è sufficiente cliccare sul link "Partecipa alla riunione di Microsoft Teams" presente nella mail di convocazione.

Il sistema mostrerà più indicazioni, cliccare su:

- Apri Microsoft Teams considerato che l'APP già installata.

N.B. Scaricare l'APP è consigliabile per una migliore esperienza.

Una volta entrato nella classe virtuale comparirà una barra degli strumenti che ti consente di avere accesso alle funzionalità di seguito illustrate:



1 2 3 4 5 6 7 8

1. Visualizzare la durata della riunione
2. Attivare / disattivare la telecamera
3. Attivare / disattivare il microfono
4. Condividere con i partecipanti lo schermo del proprio computer (ad esempio per mostrare una presentazione in PowerPoint/Pdf/Word etc)
5. Varie funzionalità non fondamentali durante il seminario
6. Mostrare / nascondere la chat per scrivere o ricevere risposte dagli altri partecipanti
7. Mostrare / nascondere i partecipanti alla riunione
8. Disconnettersi dalla riunione

Note

- Per una migliore esperienza sulla piattaforma si consiglia di utilizzare un computer portatile o fisso, dotato di videocamera, microfono e audio.

- Durante il corso è consigliato tenere il microfono e la videocamera spenti, aprendoli sono in caso di domande o interventi.

-E' possibile intervenire negli ultimi dieci minuti della relazione per chiedere chiarimenti sugli argomenti trattati o con l'invio di un messaggio in chat o con domanda specifica al docente.

IL CENTRO SPORTIVO

Il Centro Sportivo Cercola è il punto di riferimento delle attività di molteplici Federazioni ed Enti di Promozione sportiva, principale centro di preparazione atletica e di formazione dei quadri tecnici ed arbitrali, ospita competizioni regionali, nazionali ed internazionali e, grazie alla sua natura polivalente, permette un differente utilizzo a seconda delle diverse necessità.



- A** **AREA PARCHEGGIO**
Capienza complessiva **103 Stalli**
Area Fiera e Baby Garden
- B** **CAMPO SPORTIVO**
Capienza complessiva **3947 spettatori**
Tribuna ospiti **200 spettatori**
Pista di Atletica
- C** **AREA PISCINA CLUB**
Piscina, Palestra, 2 campi di Calcio a 5,
Bar, Ristorante, Foresteria
- D** **TENDOSTRUTTURA**
Tendostruttura polivalente
Pressostruttura polivalente
2 campi da tennis, Area Baby Garden
- E** **PALASPORT**
Capienza **1002 posti a sedere**
Campi da pallacanestro, calcio a 5,
pallavolo, Meeting Room, Sala Stampa
- F** **AREA PARCHEGGIO**
Capienza complessiva **196 autovetture**
- G** **AREA PARCHEGGIO**
Capienza complessiva **181 autovetture**

Il Centro Sportivo si colloca nei pressi dello Svincolo ex SS 162 racc, uscita via Argine, un breve ma strategico raccordo che si incontra allo svincolo di Cercola, lungo la Strada Statale 162 direzione del Centro Direzionale di Napoli. Esso collega la suddetta strada alla SS 268 del Vesuvio e permette, inoltre, l'accesso al quartiere Ponticelli di Napoli nonché alla circumvallazione esterna di Napoli.



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



www.centrosportivocercola.it



Centro Sportivo Cercola



CONI

COMITATO
REGIONALE
CAMPANIA

NAPOLI
29 OTTOBRE - 30 NOVEMBRE

Sabato 29 Ottobre



8.15

Accredito corsisti

Saluti di benvenuto

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

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

8.30/10.00

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

Francesco Rocciola

10.00/11.25

Modulo - 3 – Le qualità della forza negli sport di combattimento.

Valerio Esposito

11.25/11.35

Break

Break

11.35/13.30

Modulo - 4 - Le basi giuridiche relative alle competizioni degli sport di combattimento.nel degrado cognitivo e motorio.

Arturo Di Mezza

Sabato 5 Novembre

8.30/10.00

Modulo - 3 - Deficit di forza: protocolli di lavoro per le principali problematiche.

Lucio Maurino

10.00/11.25

Modulo - 3 - Core training e sport di combattimento.

Lucio Maurino

11.25/11.35

Break

Break

11.35/13.30

Modulo - 3 - Il Warm-up per il combattente

Lucio Maurino



CONI

SCUOLA
DELLO SPORT

CAMPANIA



CONI
COMITATO
REGIONALE
CAMPANIA

NAPOLI
29 OTTOBRE - 30 NOVEMBRE



Sabato 12 Novembre

<u>8.30/10.00</u>	Modulo - 5- l'importanza della nutrizione e dell'integrazione per il combattente di alto profilo.	Francesco Nasti
<u>10.00/11.25</u>	Modulo - 2 - Il calo peso negli sport di combattimento.	Giovanni Vivona
<u>11.25/11.35</u>	Break	Break
<u>11.35/13.30</u>	Modulo - 3 – Il condizionamento aerobico ed anaerobico e le tecniche di tapering e recovery negli sport di combattimento.	Gianluca Amato

Sabato 19 Novembre

<u>8.30/10.00</u>	Modulo - - Sport di combattimento nelle classi giovanili.	Lucio Maurino
<u>10.00/11.25</u>	Modulo - - Sport di combattimento nelle classi giovanili.	Lucio Maurino
<u>11.25/11.35</u>	Break	Break
<u>11.35/13.30</u>	Modulo - - Progettazione di un programma di lavoro periodizzato negli sport di combattimento	Lucio Maurino



CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
CAMPANIA



CONI
COMITATO
REGIONALE
CAMPANIA

NAPOLI
29 OTTOBRE - 30 NOVEMBRE

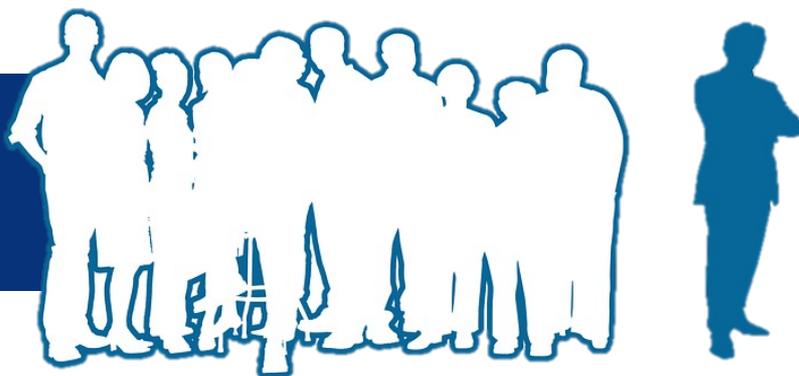


Sabato 26 Novembre

<u>8.30/10.00</u>	Modulo - 3 - Sport di combattimento e donne.	Consiglia Laezza
<u>10.00/11.25</u>	Modulo - 1 - Abilità mentali e sport di combattimento.	Giuseppe Gendolavigna
<u>11.25/11.35</u>	Break	Break
<u>11.35/13.30</u>	Modulo - 3 - Le abilità biomotorie del combattente: Velocità, agilità, potenza, forza, flessibilità (mobilità e stabilità), equilibrio, coordinazione, condizionamento.	Salvatore Tamburro

Mercoledì 30 Novembre

<u>17.00/20.00</u>	Modulo - 6 - Valutazione finale personalizzata.	Lucio Maurino Consiglia Laezza
--------------------	--	---



PRESENTAZIONE DOCENTI

Prof. Lucio Maurino

Docente della SRdS
della Campania

Dott. Giovanni Vivona

Docente della SRdS
della Campania

Prof. Consiglia Laezza

Esperto della SRdS
Della Campania

Avv. Arturo Di Mezza

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Giuseppe
Gendolavigna**

Esperto della SRdS
della Campania

Prof. Gianluca Amato

Preparatore Fisico Atl.
del Kickboxing

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

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 curricolari;
- 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