

**TECNICO DI GINNASTICA POSTURALE  
IN AMBITO SPORTIVO DI II LIVELLO**



# Corso di Formazione



**Napoli 2018**

**19 Febbraio – 11 Aprile**

## **Premessa**

L'equilibrio nello spazio è mantenuto dal corpo umano da una complessa rete bioinformazionale gestita dal sistema nervoso involontario. Gli squilibri posturali possono determinare alterazioni sulle strutture anatomiche con conseguente patologia prima infiammatoria e dolorosa e poi degenerativa.



### **Obiettivi:**

La formazione di un tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo che con le conoscenze di base acquisite col corso di primo livello e con l'implementazione dei tirocini tecnici pratici, previsti da questo corso di secondo livello, potrà tradurre in moduli individuali di ginnastica posturale, le diagnosi definitive dei medici specialisti, al fine di creare nuove posture in grado di ridurre o eliminare le interferenze dolorose, di prevenire gli infortuni e gli eventuali abbandoni precoci sportivi.



### **Durata**

Il corso avrà inizio lunedì 19 febbraio per proseguire nei giorni 2, 6, 17, 24, 27/3, 7/4 e terminerà mercoledì 11 aprile 2018. Sarà suddiviso in otto giornate e costituito da 30 ore di formazione teoriche-pratiche e 2 di valutazione finale.



### **Destinatari**

Il corso è rivolto solo ed esclusivamente a coloro che hanno acquisito il titolo di tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo di primo livello.



### **Sede**

La parte teorica si svolgerà presso i saloni CONI di via A. Longo 46/E, la parte pratica presso gli impianti sportivi della SMS Belvedere di vico Acitillo 90, Vomero (NA).



### **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 Medica;

**Modulo 2** Area delle problematiche posturali nello sportivo;

**Modulo 3** Area della conoscenza e dell'uso degli strumenti posturali;

**Modulo 4** Area delle tecniche del riequilibrio posturale;

**Modulo 5** Valutazione finale.

## **Processo didattico:**

La Scuola Regionale dello Sport adotterà le seguenti metodologie didattiche:

- Lezioni frontali con l'ausilio di materiale audiovisivo;
- Discussioni in aula per eventuali approfondimenti degli argomenti trattati;
- Lezioni pratiche da svolgere presso le strutture sportive della SMS Belvedere di Vico Acitillo di Napoli;
- Lavori di gruppo da svolgere in aula ed in palestra;
- Conoscenze ed uso degli strumenti posturali;
- Valutazione finale: che sarà realizzata attraverso l'elaborazione di una tesina, concordata col coordinatore del corso, di almeno trenta pagine e/o formato digitale su materie ed argomenti trattati durante il corso e di un colloquio orale. Ad entrambe le prove verrà attribuito un punteggio in 30 trentesimi. La valutazione sarà ritenuta positiva se al corsista verrà attribuito un punteggio di almeno 18/trentesimi ad ogni singola prova.

## **Qualifica**

Al termine del corso a tutti coloro che hanno superato le prove di valutazione, sarà rilasciato un attestato di qualifica da parte della Scuola Regionale dello Sport della Campania.

## **Iscrizioni**

Le Iscrizioni dovranno pervenire al CONI POINT di Napoli via e-mail ([napoli@coni.it](mailto:napoli@coni.it)) o consegnate a mano entro le ore 13,00 del giorno giovedì 15 febbraio 2018. Saranno accettate le prime 70 iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi al corso sarà pubblicato sul sito del C.R.CONI Campania

([www.campania.coni.it](http://www.campania.coni.it)). Se le iscrizioni non dovessero raggiungere il numero minimo di 20, il corso sarà rinviato.

I corsisti ammessi, prima dell'inizio del corso, dovranno effettuare un bonifico bancario di euro 60,00

Intestazione: CONI-Comitato Regionale Campania via Alessandro Longo 46/E 80127 Napoli. Causale : Corso di tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo di II livello, NA; IBAN : IT97U0100503408000000013564

**Firmato**

**Prof. Sergio Roncelli – Presidente Regionale CONI Campania**

**Dott. Agostino Felsani - Delegato Coni Napoli**

**Prof. Antonino Chieffo- Direttore Scientifico della SRdS della Campania**



**CONI**  
COMITATO  
REGIONALE  
CAMPANIA

**NAPOLI**  
**19 Febbraio – 11 Aprile**

**Lunedì 19 Febbraio**

**CONI**



**15,15**

Saluti di benvenuto con: **Prof. Sergio Roncelli**  
**Dott. Agostino Felsani**  
**Prof. Antonino Chieffo**

**15,30/17,25**

**Modulo – 2 –** Ruolo, etica e competenze del tecnico di ginnastica

**Prof. Geremia Di Costanzo**

**17,25/17,35**

**Break**

**Break**

**17,35/19,30**

**Modulo – 1 –** Concetto di priorità in posturologia

**Dott. Augusto Barone**

**Venerdì 2 Marzo**

**CONI**

**15.30/17.25**

**Modulo – 2 –** Sport e postura : Lo schema bio motorio del movimento.

**Prof. Geremia Di Costanzo**

**17,25/17,35**

**Break**

**Break**

**17,35/19,30**

**Modulo – 1 –** Problematiche posturali nel bambino e nell'adolescente ed indirizzo allo sport

**Dott. Augusto Barone**



**Martedì 6 marzo**

**CONI**

**15.30/17.25**

**Modulo – 1 -** Sistema nervoso autonomo e postura. Stress e postura nello sportivo. Dolore e postura

**Dott. Luigi Barbati**

**17.25/17.35**

**Break**

**Break**

**17.35/19.30**

**Modulo – 2 -** La postura come espressione del carattere. Cenni di bioenergetica.

**Dott. Augusto Barone**

**Sabato 17 marzo**

**CONI**

**9,00/10,55**

**Modulo – 3 –** Approfondimento dei test clinici posturologici

**Dott. Luigi Barbati**

**10,55/11,05**

**Break**

**Break**

**11,05/13,00**

**Modulo – 4 –** Esecuzione pratica dei test da parte dei corsisti

**Dott. Luigi Barbati**



**CONI**  
COMITATO  
REGIONALE  
CAMPANIA

**NAPOLI**  
**19 Febbraio – 11 Aprile**



**Sabato 24 marzo**

**CONI**

**9,00/10,55**

**Modulo – 1 – Il test muscolare in ambito posturale : Principi neurofisiologici e tecnica di esecuzione.**

**Dott. Luigi Barbati**

**10,55/11,05**

**Break**

**Break**

**11,05/13,00**

**Modulo – 4 – Prove pratiche e tirocinio da parte dei corsisti dei test muscolari sui principali muscoli della postura.**

**Dott. Luigi Barbati**

**Martedì 27 marzo**

**PALESTRA BELVEDERE - CONI**

**14.10/15.40**

**Modulo – 4 – Tirocinio tecnico didattico : Analisi posturale degli arti inferiori: squilibri plantari e protocolli di esercizi. Paramorfismi e patologie principali del ginocchio: prevenzione e protocolli di esercizi**

**Prof. Giovanni Postiglione**

**15.40/16:00**

**Break**

**Break**

**16.00/18.00**

**Modulo – 4– Prevenzione, recupero e riequilibrio posturale della lombalgia**

**Prof. Giovanni Postiglione**



**CONI**  
SCUOLA  
DELLO SPORT

CAMPANIA



**Sabato 7 Aprile**

**PALESTRA BELVEDERE**

**9,00/10,55**

**Modulo – 4 –** Tirocinio tecnico didattico: I paramorfismi del rachide sul piano sagittale e le deviazioni vertebrali sul piano frontale: atteggiamento scoliotico e scoliosi strutturata.

**Prof. Giovanni Postiglione**

**10,55/11,05**

**Break**

**Break**

**11,05/13,00**

**Modulo – 7 –** Tirocinio tecnico didattico: La spalla: fisiologia, patologie da overuse, prevenzione e recupero funzionale.

**Prof. Giovanni Postiglione**

**Mercoledì 11 Aprile**

**CONI**

**15,30/17,25**

Lo stretching dei muscoli della masticazione, linguali e ioidei

**Dott. Luigi Barbati**

**17,25/17,35**

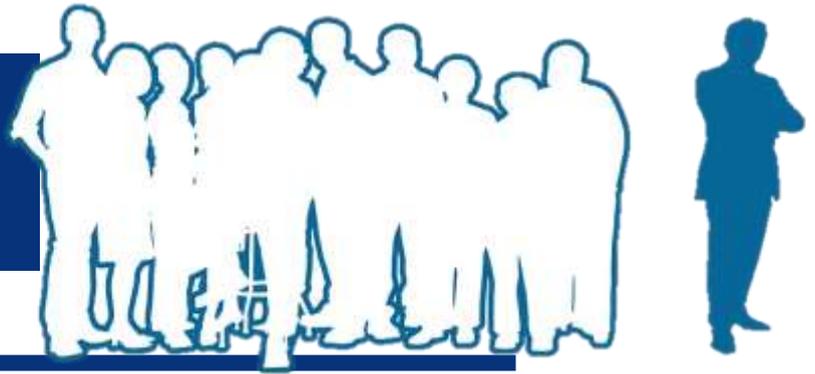
**Break**

**Break**

**17,35/20,00**

**Modulo – 10 –** Valutazione finale

**Dott. Luigi Barbati**  
**Prof. Giovanni Postiglione**  
**Dott. Augusto Barone**  
**Prof. Geremia Di Costanzo**



# PRESENTAZIONE DOCENTI

**Prof. Sergio Roncelli**

Presidente Regionale  
CONI Campania e  
Presidente SRdS  
Campania

**Dott. Agostino  
Felsani**

Delegato CONI  
Napoli

**Prof. Antonino  
Chieffo**

Direttore Scientifico  
SRdS Campania

**Dott. Augusto  
Barone**

Docente della SRdS  
della Campania

**Prof. Giovanni  
Postiglione**

Esperto della SRdS  
della Campania

**Prof. Geremia Di  
Costanzo**

Docente della SRdS  
della Campania

**Dott. Luigi Barbati**

Esperto della SRdS  
della Campania



**CONI**

COMITATO  
REGIONALE  
CAMPANIA