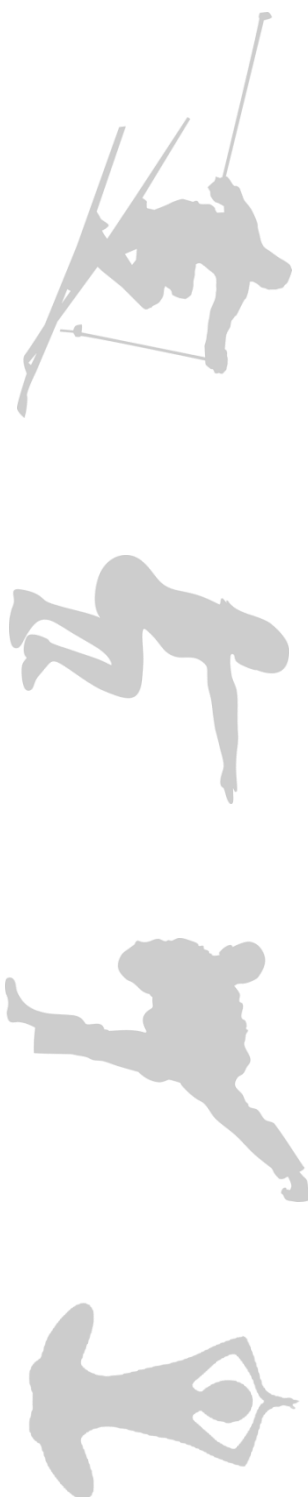


**PREPARATORE FISICO ATLETICO
MULTIDISCIPLINARE – PERSONAL TRAINER**



Corso di Formazione



Salerno 2019

9 Aprile – 18 Maggio

Premessa

Il preparatore fisico atletico multidisciplinare è quella figura tecnica definita, personal trainer, che nelle palestre e nei campi sportivi è in grado di programmare, pianificare e guidare, sia in maniera individualizzata, che di squadra la preparazione fisica di tutte quelle persone, che a prescindere



OBIETTIVI

La formazione di un preparatore fisico con competenze psicologiche, mediche e tecniche metodologiche in grado di pianificare allenamenti individualizzati e di squadra.

Destinatari



Laureati e laureandi in scienze motorie, diplomati isef, tecnici sportivi delle FSN, DSA ed EPS in possesso di un diploma di scuola media di 2° grado.



Durata

Il corso avrà inizio martedì 9 aprile per proseguire nei giorni 11-16-23-30/4 e 2-7-9-14-16/5 e terminerà sabato 18 maggio 2019. Sarà costituito da 32 ore di formazione di cui 30 teorico-pratiche e 2 di valutazione finale.

Struttura didattica

Per il conseguimento degli obiettivi formativi e didattici, il corso prevede i seguenti moduli, la presentazione e l'apertura dei lavori e l'attuazione dei sotto elencati moduli:

- Modulo 1** Area psicologica;
- Modulo 2** Area medico-biologica;
- Modulo 3** Area metodologici dell'attività fisica;
- Modulo 4** Area dell'alimentazione;
- Modulo 5** Area giuridica
- Modulo 6** Conoscenza delle attrezzature sportive;
- Modulo 7** Valutazione finale

Processo didattico:

I docenti della SRdS adotteranno le seguenti metodologie didattiche:

- Lezioni frontali con ausilio di sussidi audiovisivi;
- Discussioni in aula finalizzate alla eliminazione di eventuali aspetti poco chiari;
- Lezioni pratiche da svolgere in palestra;
- Lavori di gruppo concordati con il coordinatore del corso;
- Valutazione finale.

La valutazione finale sarà realizzata attraverso l'elaborazione di una tesina, concordata col collaboratore del corso, di almeno trenta pagine e /o in formato digitale su materie ed argomenti trattati durante il corso e di un colloquio orale. Ad entrambe le prove verrà attribuito un punteggio in trenta/trentesimi. La valutazione sarà ritenuta positiva se al corsista verrà attribuito un punteggio di almeno diciotto/trentesimi ad ogni singola prova.

Attestazione

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

Iscrizioni

Il numero massimo consentito è di 70 corsisti.

Il modulo di iscrizione, debitamente compilato, dovrà pervenire al CONI di Salerno via e-mail (salerno@coni.it) o consegnate a mano, in sede, entro le ore **13,00 di martedì 5 aprile 2019**.

Saranno accettate le prime 70 iscrizioni in ordine cronologico e l'elenco nominativo degli ammessi al corso sarà pubblicato sul sito del C.R.Campania (www.campania.coni.it). Per la parte pratica è necessario presentare, da parte del corsista, una certificazione di idoneità fisica per attività sportiva non agonistica ed essere muniti di abbigliamento e calzature sportive idonee.

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

Intestazione: CONI-Comitato Regionale Campania Napoli.

Causale: Corso di preparatore fisico atletico multidisciplinare - personal trainer, Salerno.

IBAN: IT97U0100503408000000013564



Sede

Il corso si svolgerà nelle strutture sportive delle Residenze Unisa di Fisciano via Mariscoli.



Assenze

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

Firmato

Prof. Sergio Roncelli - Presidente Regionale CONI Campania

Prof. Paola Berardino - Delegato Coni per la provincia di Salerno

Prof. Antonino Chieffo- Direttore Scientifico SRdS Campania

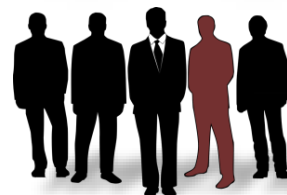
Martedì 9 Aprile
Residenze Unisa Fisciano



14.15	Accredito Corsisti	
14.30	Saluti di benvenuto con: Prof. Sergio Roncelli Prof. Paola Berardino Prof. Antonino Chieffo Ing. Michele Di Ruocco	
	Coordinatore del corso: Prof. Antonino Chieffo	
	Collaboratore del corso: Pasquale Cuffaro	
14.30/16.25	Modulo – 1 – Ruolo, etica e competenza professionale del preparatore atletico multidisciplinare- personal trainer.	Prof. Valeria Agosti
16.25/16.30	Break	Break
16.30/17.30	Modulo – 3- Allenamento e allenabilità nell'età giovanile. Le capacità e abilità coordinative individuali e di squadra (Prima parte).	Prof. Pasquale Cuffaro

Giovedì 11 Aprile
Residenze Unisa Fisciano

14.30/16.25	Modulo – 6 - Uso e conoscenza delle attrezzature di allenamento per lo sviluppo della prestazione (ciclica ed aciclica) negli sport individuali e di squadra.	Prof. Mario Petruzzo
16.25/16.30	Break	Break
16.30/17.30	Modulo – 3 – Allenamento e allenabilità nell'età giovanile. Le capacità e abilità coordinative individuali e di squadra.(Seconda parte).	Prof. Pasquale Cuffaro



Martedì 16 Aprile
Residenze Unisa Fisciano

14.30/16.25

Modulo – 2 – Cenni di legislazione sanitaria nello sport. I traumi nello sport, primo soccorso in ambito sportivo.

Dott. Michele Gismondi

16.25/16.30

Break

Break

16.30/17.30

Modulo – 3 – Progettazione ed organizzazione dell'allenamento negli sport multidisciplinari.(Prima parte).

Prof. Pasquale Cuffaro

Martedì 23 Aprile
Residenze Unisa Fisciano

14.30/16.25

Modulo – 3- Test e valutazione motoria degli atleti, strategie mezzi e applicazioni nello sport multidisciplinare.

Prof. Mario Petruzzo

16.25/16.30

Break

Break

16.30/17.30

Modulo – 3 – Progettazione ed organizzazione dell'allenamento negli sport multidisciplinari.(Seconda parte).

Prof. Pasquale Cuffaro



Martedì 30 Aprile
Residenze Unisa Fisciano

<u>14.30/16.25</u>	Modulo – 4 – Principi di alimentazione ed integrazione dello sport multidisciplinare.	Dott. Ferdinando Mainenti
<u>16.25/16.30</u>	Break	Break
<u>16.30/17.30</u>	Modulo – 3 – Teoria e metodologia dell'allenamento a breve, medio e lungo termine in età evolutiva. (Prima parte).	Prof. Pasquale Cuffaro

Giovedì 2 Maggio
Residenze Unisa Fisciano

<u>14.30/16.25</u>	Modulo – 3- Test di valutazione posturale applicabili dal preparatore fisico multidisciplinare.	Prof. Giovanni Postiglione
<u>16.25/16.30</u>	Break	Break
<u>16.30/17.30</u>	Modulo – 3 – Metodi di lavoro e sviluppo delle capacità di forza, del carico fisico nelle discipline individuali e di squadra. (Prima parte).	Prof. Giuseppe Bellosguardo



Martedì 7 Maggio
Residenze Unisa Fisciano

14.30/16.25

Modulo – 3 - La periodizzazione dell'allenamento individuale e di gruppo.

Prof. Arturo Di Mezza

16.25/16.30

Break

Break

16.30/17.30

Modulo – 3 – Metodi di lavoro e sviluppo delle capacità di forza, del carico fisico nelle discipline individuali e di squadra. (Seconda parte).

Prof. Giuseppe Bellosguardo

Giovedì 9 Maggio
Residenze Unisa Fisciano

14.30/16.25

Modulo – 5 – Responsabilità civili e penali del preparatore fisico multidisciplinare.

Avv. Agostino Somma

16.25/16.30

Break

Break

16.30/17.30

Modulo – 3 – Metodi di lavoro e sviluppo della coordinazione motoria e della resistenza aerobica ed anaerobica.

Prof. Giuseppe Bellosguardo



Martedì 14 Maggio
Residenze Unisa Fisciano

14.30/16.25

Modulo – 3 – Metodi di lavoro e sviluppo della rapidità, della velocità, della mobilità e flessibilità articolare.

Prof. Arturo Di Mezza

16.25/16.30

Break

Break

16.30/17.30

Modulo – 3 – Teoria e metodologia dell'allenamento a breve, medio e lungo termine in età evolutiva. (Seconda parte).

Prof. Pasquale Cuffaro

Giovedì 16 Maggio
Residenze Unisa Fisciano

14.30/16.25

Modulo – 3 – Principi, mezzi e metodi dello sviluppo della coordinazione motoria e della resistenza aerobica ed anaerobica.

Prof. Giuseppe Bellosguardo

16.25/16.30

Break

Break

16.30/17.30

Modulo – 3 – Principi, mezzi e metodi della preparazione atletica nello sviluppo delle capacità condizionali dello sport individuale e di squadra.

Prof. Giuseppe Bellosguardo

Sabato 18 Maggio
Residenze Unisa Fisciano

12.30/14.30

Modulo – 6 -
Verifica e valutazione finale

Prof. Giuseppe Bellosguardo
Prof. Pasquale Cuffaro
Prof. Antonino Chieffo



PRESENTAZIONE DOCENTI

**Prof. Sergio
Roncelli**

Presidente Regionale
CONI Campania e
Presidente SRdS
Campania

**Prof. Paola
Berardino**

Delegato CONI
Salerno

**Prof. Antonino
Chieffo**

Direttore Scientifico
SRdS Campania

Prof. Pasquale Cuffaro

Docente della SRdS
della Campania
Coordinatore del corso

**Ing. Michele
Ruocco**

Direttore
Cus Salerno

**Dott. Michele
Gismondi**

Docente della SRdS
della Campania

**Prof. Valeria
Agosti**

Esperto della SRdS
della Campania

**Prof. Giuseppe
Bellosguardo**

Docente della SRdS
della Campania

**Dott. Ferdinando
Mainenti**

Esperto della SRdS
della Campania

**Prof. Arturo
Di Mezza**

Docente della SRdS
della Campania

**Prof. Agostino
Somma**

Esperto della SRdS
della Campania

**Prof. Mario
Petruzzo**

Docente della SRdS
della Campania

**Prof. Giovanni
Postiglione**

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 venirne 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 (standard contractual clauses) 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