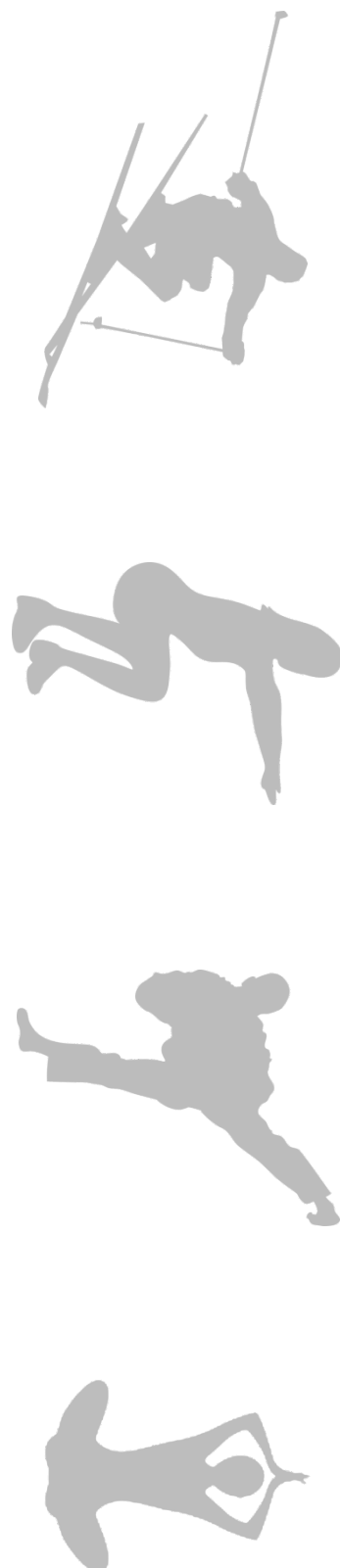


**Corso di formazione**

**TECNICO DI GINNASTICA POSTURALE in  
ambito sportivo di 2° livello**



# Corso di Formazione



**SDRS CAMPANIA**

**18 Ottobre - 6 Dicembre**



Con l'attività formativa autunnale, la SRdS della Campania riprenderà ad operare dal vivo pur continuando in modalità e-learning. Le ore di lezione dei docenti, infatti, continueranno ad essere trasmesse con la DAD da una sala convegni del Centro Sportivo di Cercola, Na, presso cui potranno accedere ed assistere dal vivo le lezioni un congruo numero di corsisti individuati tra coloro che avranno prodotto per primi la domanda di partecipazione. Costoro dovranno essere muniti di Green Pass.

### **Premessa**

Il Personal Trainer è quella figura tecnica 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 dal sesso e dall'età, vogliono avvicinarsi sia al mondo delle attività motorie che a quello sportivo.



**Obiettivi:** L'azione di un tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo che con le conoscenze diquisite 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



### **Durata**

Il corso avrà inizio Lunedì 18 ottobre per proseguire nei giorni 26/10, 9, 15, 23, 29/11 e terminerà lunedì 6 dicembre 2021. Sarà suddiviso in sette giornate e costituito da 21 ore di formazione.



**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.

### **Piattaforma digitale**

Il corso si effettuerà sulla piattaforma digitale Microsoft Teams.



### **Materiale didattico**

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



### **Assenze**

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

## 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.



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



[www.centrospportivocercola.it](http://www.centrospportivocercola.it)



Centro Sportivo Cercola

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.

## 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:

1. Apri Microsoft Teams considerato che l'APP è 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 Corso
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.

## **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 delle tecniche del riequilibrio posturale;

**Modulo 4** Valutazione finale.

## **Processo didattico:**

i docenti della SRdS della Campania adotteranno le seguenti metodologie didattiche:

- Lezioni frontali in aula e a distanza con l'ausilio di sussidi audiovisivi,
- Discussioni per eventuali approfondimenti degli argomenti trattati;
- Lezioni pratiche da svolgere in palestra;

## **Valutazione Finale :**

La valutazione finale sarà realizzata attraverso l'elaborazione di una tesina, concordata col coordinatore del corso, 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 30/trentesimi. La valutazione sarà ritenuta positiva se al corsista verrà attribuito un punteggio di almeno 18/trentesimi ad ogni singola prova.

## **Attestazione:**

Al termine del corso i partecipanti riceveranno un attestato di "Tecnico di ginnastica posturale in ambito sportivo di 2° livello".

## **Iscrizioni**

La domanda, scaricata dal sito "SCUOLA REGIONALE dello SPORT della CAMPANIA" compilata in ogni sua parte e corredata dalla copia del bonifico di euro 60,00 (sessanta), dovrà essere inviata entro le ore 12,00 del 15 ottobre a: ([direttore.scientifico.campania@coni.it](mailto:direttore.scientifico.campania@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 tecnico di ginnastica posturale di 2° livello. IBAN : IT 97U010050340800000013564.

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 della Campania**



**Lunedì 18 Ottobre**



14.15

Accredito corsisti  
Saluti di benvenuto

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

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

14.30/15.55

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

**Luigi Barbati**

15.55/16/05

**Break**

**Break**

16.05/17.35

**Modulo - 2 -** Analisi funzionale degli arti inferiori: alterazioni anca-ginocchio-piede e protocolli di riequilibrio funzionale.

**Gianni Postiglione**

**Martedì 26 Ottobre**

14.30/15.55

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

**Luigi Barbati**

15.55/16/05

**Break**

**Break**

16.05/17.35

**Modulo - 2 -** Disfunzioni posturali dell'adolescente sul piano sagittale: prevenzione e trattamento posturale.

**Gianni Postiglione**



Martedì 9 Novembre

14.30/15.55

**Modulo - 3** - Il test muscolare in ambito posturale: Principi neurofisiologici e tecnica di esecuzione.

**Luigi Barbati**

15.55/16.05

**Break**

**Break**

16.05/17.35

**Modulo - 3** - La Scoliosi : prevenzione e trattamento posturale.

**Gianni Postiglione**

Lunedì 15 Novembre

14.30/15.55

**Modulo - 3** - Dimostrazione pratica e dei test muscolari sui principali muscoli posturali attraverso video.

**Luigi Barbati**

15.55/16.05

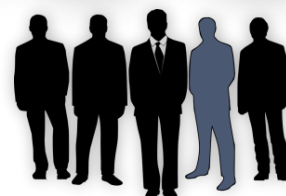
**Break**

**Break**

16.05/17.35

**Modulo - 3** - Prevenzione e recupero funzionale delle lombalgie e delle cervicalgie

**Gianni Postiglione**



**Martedì 23 novembre**

|                    |                                                                                                     |                           |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <b>14.30/15.55</b> | <b>Modulo - 3 -</b> Approfondimento dei test clinici posturologici. Il test di Fukuda.              | <b>Luigi Barbati</b>      |
| <b>15.55/16/05</b> | <b>Break</b>                                                                                        | <b>Break</b>              |
| <b>16.05/17.35</b> | <b>Modulo - 3 -</b> Dorsalgia, lombosciatalgia e lombocruralgia: prevenzione e recupero funzionale. | <b>Gianni Postiglione</b> |

**Lunedì 29 Novembre**

|                    |                                                                                                          |                           |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <b>14.30/15.55</b> | <b>Modulo - 3 -</b> Lo stretching dei muscoli della masticazione, linguali e ioidei. Video dimostrativi. | <b>Luigi Barbati</b>      |
| <b>15.55/16/05</b> | <b>Break</b>                                                                                             | <b>Break</b>              |
| <b>16.05/17.35</b> | <b>Modulo - 3 -</b> La spalla: fisiologia, patologie da overuse, recupero funzionale.                    | <b>Gianni Postiglione</b> |





**Lunedì 6 Dicembre**

**14.30/15.55**

**Modulo - 3 -** Elementi di terapia posturologica a scopo conoscitivo.

**Luigi Barbati**

**15.55/16/05**

**Break**

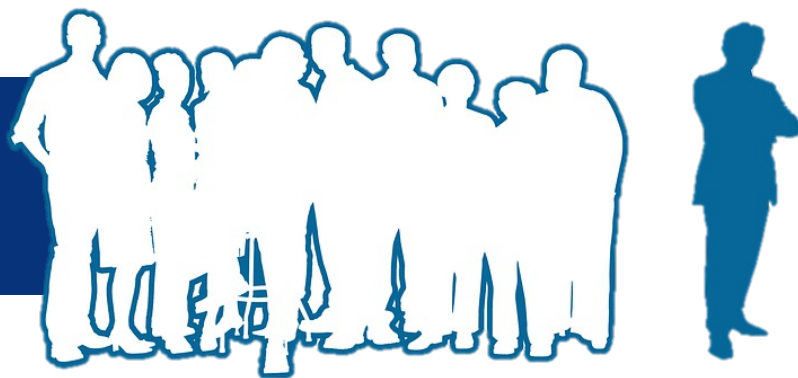
**Break**

**16.05/17.35**

**Modulo - 4 -** La valutazione finale.

**Luigi Barbati**

**Gianni Postiglione**



---

# PRESENTAZIONE DOCENTI

---

**Dott. Luigi Barbatì**

Esperto della SRdS  
della Campania

**Prof. Giovanni Postiglione**

Esperto della SRdS  
della Campania



**CONI**  
SCUOLA  
DELLO SPORT

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 Sport e salute 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 nell'ambito della dichiarazione resa ai sensi dell'art. 15-bis del D. Lgs. 14 marzo 2013, n.33.

In particolare Sport e salute S.p.A. tratterà i seguenti dati personali:

- dati anagrafici e identificativi (nome e cognome, codice fiscale/P.IVA)
- attività professionale, carica/incarico, possesso di eventuali autorizzazioni (art. 53 del D.Lgs. 30 marzo 2001, n.165)

#### **1. Base giuridica e finalità del trattamento.**

Il trattamento è fondato sull'obbligo legale in capo a Sport e salute S.p.A. di pubblicità, trasparenza e diffusione di informazioni di cui al citato Decreto.

#### **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 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 sopraelencate.

Un eventuale rifiuto di fornire i dati comporterà l'impossibilità di collaborare con la scrivente Società.

#### **4. Ambito di comunicazione dei dati**

I dati personali da Lei forniti potranno essere comunicati a Enti e Pubbliche Amministrazioni per fini di legge. Dei suoi dati personali potrà venire altresì a conoscenza in qualità di Responsabile, Coninet S.p.A.

I dati personali da Lei forniti saranno oggetto di pubblicazione sul sito istituzionale della Sport e salute S.p.A., nella sezione “Società Trasparente”, ai sensi dell'art. 15-bis del d.lgs. 33/13, per tutto il tempo in esso previsto.

#### **5. Trasferimento dei dati all'estero.**

**5.1.** I dati personali sono conservati su server ubicati in Italia. 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.

**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**

Sport e salute S.p.A. P.zza Lauro de Bosis, 15 Roma

#### **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](mailto: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. Avrà inoltre il diritto di opporsi in tutto od in parte, al trattamento e all'utilizzo dei dati ai sensi dell'Art. 21 GDPR. Tali diritti possono essere esercitati attraverso specifica istanza – anche, se lo desidera, utilizzando il modello fornito dal Garante per la protezione dei dati personali e scaricabile dal sito [www.garanteprivacy.it](http://www.garanteprivacy.it) - da indirizzare tramite raccomandata o pec al titolare del trattamento. Ha altresì diritto di proporre reclamo al Garante per la protezione dei dati personali.