



# CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI GINNASTICA ARTISTICA – Qualifica di 1° Livello

## **FINALITA'**

Il percorso formativo ha l'obiettivo di approfondire gli argomenti e le conoscenze connesse all'ambito della ginnastica artistica. L'allargamento delle competenze nel settore è finalizzato a costituire e rafforzare una serie di abilità specifiche dedicate agli istruttori operanti nei centri di avviamento alla ginnastica artistica.

Il clinico vuole fornire a tutti coloro che operano in questo settore, strumenti sempre più adeguati alle esigenze poste in essere da una disciplina sportiva in continua evoluzione. Il corso rappresenta un evento altamente professionale, una formazione teorica e pratica in grado di approfondire tutti gli argomenti necessari per operare con competenza all'interno di un centro sportivo dedicato alla ginnastica artistica.

## **METODOLOGIA**

Saranno approfondite tutte le tematiche inerenti l'allenamento con un'analisi dettagliata degli esercizi, della biomeccanica muscolare e delle tecniche di allenamento, ma anche gli aspetti necessari a realizzare una programmazione finalizzata a migliorare gli aspetti tecnici e gestuali secondo metodologie innovative.

## **REQUISITI DI ACCESSO**

Il corso è rivolto a Laureati Scienze Motorie, Tecnici sportivi, Istruttori delle società sportive e Centri di avviamento alla Ginnastica Artistica. Età minima di partecipazione 16 anni.

## **MODALITA' DI ISCRIZIONE**

Gli interessati potranno effettuare la procedura di iscrizione attraverso la compilazione del modulo allegato che dovrà essere inviato (via mail a: [segreteria@acsipa.it](mailto:segreteria@acsipa.it)). Tutti coloro che avranno effettuato la richiesta comprensiva del versamento della quota di partecipazione, riceveranno la conferma via mail.

IBAN: IT75Y0103004600000063456300 – intestato: CIFE-(Centro Italiano formazione Europea) Casale: **Corso Istruttore di Ginnastica Artistica 1° livello**

## **MATERIALE e VANTAGGI DELLA QUALIFICA**

L'iscrizione al corso prevede: Accesso al materiale didattico digitale  
Dispense tecniche - Rilascio dell'attestato (previo superamento dell'esame) -  
Inserimento nell'Albo Nazionale dei Tecnici ACSIPA

### **AREA FORMAZIONE**

Via Franz Fischietti, 15- 90138 Palermo - C.e.l. 3936620179  
[www.acsipa.it](http://www.acsipa.it) - e-mail: [formazione@acsipa.it](mailto:formazione@acsipa.it)

## QUALIFICA RILASCIATA

La partecipazione al corso (presenza min. dell'80% del monte ore) ed il superamento dell'esame finale permetterà ai partecipanti di essere inseriti nel registro Nazionale istruttori CONI con la qualifica di **"Istruttore di Ginnastica Artistica 1° livello"** valida ai fini legali e fiscali come previsto dalla legge vigente. Partecipando e superando questo corso si otterrà la certificazione riconosciuta dal CONI con la quale poter usufruire dei vantaggi fiscali per i compensi degli istruttori sportivi per prestazioni sportive dilettantistiche ai sensi della legge (art.67, comma 1 let.m.dpr 97/86, art.90 legge 289/2002 e art.1 co.358, l205/217).

SCHEDE TECNICHE		
AREA DI INTERVENTO	TEMATICHE AFFRONTATE	RELATORI
AREA ASSOCIATIVA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Introduzione del corso.</li><li>• La promozione sportiva ACSI nell'ambito dei progetti di Educazione allo sport e ruolo dell'educatore Sportivo</li></ul>	
AREA MOTORIA E PSICOPEDAGOGICA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Teoria e metodologia dell'insegnamento/apprendimento motorio.</li><li>• I bambini e lo sviluppo motorio in età evolutiva: dagli schemi motori alle abilità motorie</li><li>• Le capacità coordinative e condizionali</li><li>• La relazione efficace in ambito sportivo. Stili di comunicazione</li><li>• La gestione del rapporto tra atleta ed istruttore e la prestazione sportiva</li><li>• Responsabilità dell'istruttore: norme tutela salute e sicurezza nelle attività sportive.</li></ul>	
AREA METODOLOGICA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Biomeccanica di base e terminologia appropriata</li><li>• Elementi generali di metodologia dell'allenamento: proposte per gruppi base e corsi avanzati</li><li>• Il piano di lavoro annuale e sua differenziazione nelle diverse fasi dell'anno sportivo</li><li>• La programmazione dell'allenamento in funzione delle tappe di formazione dell'atleta.</li><li>• Progressioni didattiche di ginnastica generale (pratica).</li><li>• La mobilità articolare</li></ul>	
AREA TECNICA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici della disciplina</li><li>• Conoscenza e allenamento degli elementi tecnici della disciplina: il riscaldamento - la preparazione fisica generale e specifica - la coreografia e l'utilizzo della musica - espressività corporea</li><li>• Struttura di una lezione di ginnastica gioco: percorsi ludico-motori - utilizzo di attrezzi occasionali e codificati.</li><li>• Gli attrezzi della ginnastica artistica femminile:<ul style="list-style-type: none"><li>• corpo libero: movimenti di base e loro sviluppo (rotolamenti, rovesciamenti, ribaltamenti)</li><li>• trave: parte artistica a terra e sulla trave</li><li>• mini trampolino: da attrezzo propedeutico a specialità</li><li>• volteggio: la rincorsa e lo sviluppo dei salti</li><li>• parallele: approccio all'attrezzo e preparazione fisica specifica</li></ul></li><li>• L'assistenza: importanza dall'assistenza diretta e indiretta</li><li>• Conoscenza di base del regolamento della disciplina: I Programmi e le Linee guida di giuria</li></ul>	
VERIFICA FINALE	Colloquio e test a risposta multipla	

### AREA FORMAZIONE

Via Franz Fischler, 15 - 90138 Palermo - C.e.l. 3936620179  
www.acsipa.it - e-mail: formazione@acsipa.it

## PROGRAMMA DEL CORSO

AREA DI INTERVENTO		TEMATICHE AFFRONTATE
AREA TECNICA		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Struttura di una lezione di ginnastica gioco: percorsi ludico-motori - utilizzo di attrezzi occasionali e codificati.</li> </ul>

AREA DI INTERVENTO		TEMATICHE AFFRONTATE
AREA TECNICA		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici della disciplina</li> <li>•Conoscenza e allenamento degli elementi tecnici della disciplina: il riscaldamento - la preparazione fisica generale e specifica - la coreografia e l'utilizzo della musica - espressività corporea</li> </ul>

AREA DI INTERVENTO		TEMATICHE AFFRONTATE
AREA TECNICA		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Gli attrezzi della ginnastica artistica femminile:</li> <li>• corpo libero: movimenti di base e loro sviluppo (rotolamenti, rovesciamenti, ribaltamenti)</li> <li>• trave: parte artistica a terra e sulla trave</li> <li>• mini trampolino: da attrezzo propedeutico a specialità</li> <li>• volteggio: la rincorsa e lo sviluppo dei salti</li> <li>• parallele: approccio all'attrezzo e preparazione fisica specifica</li> <li>•L'assistenza: importanza dall'assistenza diretta e indiretta</li> <li>•Conoscenza di base del regolamento della disciplina: I Programmi e le Linee guida di giuria</li> </ul>

AREA DI INTERVENTO		TEMATICHE AFFRONTATE
AREA ASSOCIATIVA		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Introduzione del corso.</li> <li>•La promozione sportiva CSI nell'ambito dei progetti di Educazione allo sport e ruolo dell'educatore Sportivo</li> </ul>
AREA MOTORIA E PSICOPEDAGOGICA NORMATIVE		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Teoria e metodologia dell'insegnamento/apprendimento motorio.</li> <li>•I bambini e lo sviluppo motorio in età evolutiva: dagli schemi motori alle abilità motorie</li> <li>•Le capacità coordinative e condizionali</li> <li>•La relazione efficace in ambito sportivo. Stili di comunicazione</li> <li>•La gestione del rapporto tra atleta ed istruttore e la prestazione sportiva</li> <li>•Responsabilità dell'istruttore: norme tutela salute e sicurezza nelle attività sportive.</li> </ul>

---

### AREA FORMAZIONE

AREA DI INTERVENTO		TEMATICHE AFFRONTATE
AREA METODOLOGICA		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Biomeccanica di base e terminologia appropriata</li> <li>•Elementi generali di metodologia dell'allenamento: proposte per gruppi base e corsi avanzati</li> <li>•Il piano di lavoro annuale e sua differenziazione nelle diverse fasi dell'anno sportivo</li> <li>•La programmazione dell'allenamento in funzione delle tappe di formazione dell'atleta.</li> <li>•Progressioni didattiche di ginnastica generale (pratica).</li> <li>•La mobilità articolare</li> </ul>

## INFO ORGANIZZATIVE

Il programma potrebbe subire modifiche o variazioni in relazioni a possibili esigenze organizzative dei relatori.

## DURATA DEL CORSO

Il corso si svolgerà nel mese di 24/25 SETTEMBRE e 8 OTTOBRE 2022 dalle ore 9.00 alle 13.00 e dalle 14 alle 18, secondo il programma allegato, attraverso lo sviluppo di 4 moduli didattici teorico-pratici in modalità presenza .

## DIRETTORE DEL CORSO

Dott. F. Santaluna Area Formazione ACSI

## STAFF FORMATORI

Prof. R. Occhipinti Formatore Ginnastica artistica

Prof. N. Mastroluca Formatore Ginnastica artistica

Dott. A. Giannone Psicologa