



CONI
SCUOLA
DELLO SPORT

LOMBARDIA

FEDERAZIONI SPORTIVE

FIKBMS - QUALIFICA DI ISTRUTTORE TECNICO DI 1° LIVELLO SNaQ - CONI

COMITATO REGIONALE LOMBARDO FIKBMS
E SCUOLA REGIONALE DELLO SPORT CONI LOMBARDIA

DOMENICA 19 OTTOBRE 2014, ore 9:00 - 13:00
c/o CUS Bergamo - Via G. Verdi 56, Dalmine

DESCRIZIONE DEL CORSO

Il primo livello non corrisponde ad una qualifica professionale che abilita un tecnico ad agire immediatamente in "completa" autonomia sul campo, ma serve all'**introduzione/avvicinamento alla carriera**. Le attività di questa figura dovranno essere svolte sotto la guida e supervisione di un tecnico esperto o referente tecnico federale secondo le specifiche normative federali (con la qualifica federale minima di Maestro).

È il **livello di formazione iniziale dei tecnici sportivi**. La natura dei percorsi di acquisizione della qualifica (unità di competenza e crediti associati), l'organizzazione operativa della formazione e i requisiti specifici di accesso sono in accordo con i principi generali fissati dallo SNaQ.

Per il conseguimento della qualifica di primo livello SNaQ sarà necessario che l'operatore abbia raggiunto i necessari risultati di apprendimento, corrispondenti alle competenze richieste. Tale apprendimento, espresso in termini di credito, corrisponde ad almeno 10 crediti. I crediti possono essere anche associati allo svolgimento di attività pratiche supervisionate da tecnici di livello superiore.

DESTINATARI

REQUISITI

Possesso C.N. 2° Grado, qualifica di Allenatore da almeno 1 anno, Scuola dell'Obbligo, maggiore età.

SEDE DEL CORSO

CUS Bergamo
Via G. Verdi 56, Dalmine

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

RESPONSABILE DEI CORSI

Marco Bertoletti - presidente CR FIKBMS

cell. 3356199276, mail: marcobertoletti@hotmail.com

ISCRIZIONI

Iscrizione **gratuita solo ONLINE**. Si deve effettuare la registrazione sul sito e solo dopo si potrà accedere all'iscrizione all'indirizzo: <http://lombardia.coni.it/lombardia/scuola-regionale.html>

N.B. La sola registrazione al sito (in basso a destra), non dà automaticamente diritto all'iscrizione che deve quindi essere effettuata DOPO la registrazione.

SCUOLA REGIONALE DELLO SPORT - CONI LOMBARDIA

VIA G.B. PIRANESI 46, 20137 - MILANO - Tel. 02 733463 - mail: srdslombardia@coni.it



CONI
SCUOLA
DELLO SPORT

LOMBARDIA

PROGRAMMA

A CURA DELLA SCUOLA DELLO SPORT

METODOLOGIA - DALLE 9:00 ALLE 11:00

Teoria dell'allenamento. Capacità motorie (coordinative e condizionali) e metodi di allenamento

Relatore: prof. Giovanni Lorenzon

PSICOLOGIA DELLO SPORT - DALLE 11:00 ALLE 13:00

Le abilità mentali

Relatore: prof.ssa Adriana Lombardi

ARGOMENTI GENERALI DEL CORSO

TECNICA E TATTICA

ARBITRAGGIO

Regolamenti di gara per tutte le discipline

DIDATTICA

La comunicazione efficace

METODOLOGIA

vedi sopra

PSICOLOGIA DELLO SPORT

vedi sopra

ANATOMIA E FISIOLOGIA

Tipologie di fibre muscolari. Sistemi energetici. Attivazione neuro-muscolare.

ALIMENTAZIONE

Macronutrienti, nutrizione sportiva, differenze per tipo di sport, alimentazione. Fase di allenamento e competitiva. Disturbi alimentari legati alla restrizione calorica (anoressia, bulimia, triade, ecc.)

PRIMO SOCCORSO

Chiamata al 118. Primo soccorso.

PERIODIZZAZIONE

Periodizzazione dell'allenamento

INFORMAZIONI

Testi: dispense specifiche e libro "preparazione atletica per gli sport da combattimento e arti marziali"

Verifica finale: questionario test 30 domande a risposte multiple - 30 minuti di tempo. La verifica finale sarà svolta alla presenza di un membro della SNF il quale fungendo da Commissario esterno somministrerà il questionario ai corsisti.

Documento rilasciato: Diploma di qualifica tecnica come: *Istruttore di kickboxing*