Croce Rossa Italiana

FEDERACIÓ CATALANA D'ESGRIMA
www.esgrima.cat

In collaborazione con

SCUOLA NAZIONALE FORMAZIONE

Con il patrocinio di

CONI COMITATO REGIONALE CAMPANIA

Comune di Santa Marina

Erasmus+

Le attività Erasmus+ nel campo dello sport mirano a sostenere le azioni che aumentano la capacità e la professionalità, migliorano le competenze di gestione, e aumentano la qualità della realizzazione dei progetti UE, così come la creazione di collegamenti tra le organizzazioni del settore dello sport.

In particolare, tali attività devono mirare a:

- affrontare le minacce transfrontaliere per l'integrità dello sport

- promuovere e sostenere la buona governance nello sport e le carriere parallele degli atleti

- promuovere attività di volontariato, l'inclusione sociale e le pari opportunità nello sport

- aumentare la consapevolezza dei benefici dell'attività fisica per la salute

- aumentare la partecipazione nello sport.

Il programma finanzia partenariati di collaborazione ed eventi sportivi senza scopo di lucro, e sostiene le azioni che mirano a rafforzare i dati per la definizione delle politiche e promuovere il dialogo con i soggetti interessati.

Le azioni nel settore dello sport sono incentrate principalmente sugli sport di base.

Il Programma è gestito, a livello europeo, da EACEA (Education, Audiovisual and Culture Executive Agency)

https://eacea.ec.europa.eu/erasmus-plus_en

Questa pubblicazione è stata finanziata con il supporto della Commissione Europea. Questo documento riflette il punto di vista dell'autore e la Commissione non può essere considerata responsabile per qualsiasi utilizzo delle informazioni in esso contenute.

POSITIVE TO HEALTH

Cofinanziato dal programma Erasmus+ dell'Unione europea

Corso di Formazione gratuito

finanziato dall'Unione Europea

Preparatore fisico-atletico in ambito natural

24 Marzo, 7 - 14 - 21 Aprile, 5 Maggio
2018 Ore 15:00 - 19:00

Convento di San Francesco

Strada Statale 18 Tirrena Inferiore, 35
84070 Policastro Bussentino (SA)

Info e adesioni:
3505184623 - 3665340719
dk.pyros@gmail.com

Preparatore fisico-atletico in ambito natural

Totale ore: 20, suddivise in cinque incontri.

Le assenze consentite non possono superare il 20% delle ore, pena l'esclusione dagli esami di valutazione.

Finalità

Preparazione di tecnici con competenze

Programma

Lezione 1

24 marzo 2018

- *Introduzione al doping e conseguenze in ambito sportivo*

Relatore: Rosetta Pleimes, *Responsabile antidoping – Fijlkam*

- *Doping e integratori: errori degli istruttori e degli atleti*

Relatore: Dott. Marco Petrucci, Responsabile Sanitario Centro Olimpico Federale - Fijlkam

Lezione 2

7 aprile 2018

- *Doping e integratori: farmaci e sostanze vietate, potenziali rischi a seguito di abuso e uso terapeutico*

Relatore: Dott. Michele Gismondi, Specialista in Medicina dello Sport ed Ispettore Antidoping

- *Aspetti psicologici del doping e del ricorso agli integratori*

Relatore: Dott. Gianluca Raffone, Psicologo regionale FIGC Campania

Lezione 3

14 aprile 2018

- *Impatto del doping sul corpo e sulla prestazione. Analisi di breve, medio e lungo periodo*

Relatore: Dott. Natale Gentile, Nutrizionista nazionale maggiore femminile di calcio - FIGC

- *Alimentazione e integrazione: forme corrette*

Relatore: Dott. Natale Gentile, Nutrizionista nazionale maggiore femminile di calcio - FIGC

Lezione 4

21 aprile 2018

- *Strategie di prevenzione: importanza del ruolo del tecnico*

Relatore: Salvatore Nastro, Consigliere Nazionale FIJLKAM settore Karate e Presidente della Commissione Nazionale Attività Giovanile

- *Sviluppo della prestazione senza il ricorso a sostanze dopanti o all'abuso di integratori*

Relatore: Luigi Raffaele Di Maio, formatore della Scuola Nazionale di Formazione della FIKBMS

Lezione 5

5 maggio 2018

- *Agonismo ad alto livello: l'atleta e il tecnico natural*

Relatore: Lucio Maurino, Allenatore di IV Livello Europeo CONI per le Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Associate e allenatore della Nazionale Italiana Giovanile Fijlkam

- *L'atleta "pulito", sano e longevo*

Relatore: Marzia Davide, atleta e consigliere FPI

Lo strumento didattico che verrà utilizzato è la lezione frontale integrata con l'approfondimento sia di materiale didattico prestrutturato che attraverso discussioni guidate per eventuali approfondimenti degli argomenti trattati.

La valutazione finale sarà effettuata tramite un test e la produzione di un breve elaborato.