

Qualifica di 1° livello - CORSO BASE PER ALLENATORI/ISTRUTTORI SPORTIVI disciplina GINNASTICA ARTISTICA

MARTEDI' 10 OTTOBRE 2023 - DALLE 20.30 ALLE 22.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area medica e psicopedagogica	2	Cenni di Anatomia Umana <ul style="list-style-type: none"> Muscoli, ossa e legamenti Traumi nella ginnastica artistica	Dott.ssa Campagna Sara Medico dello Sport Formatrice CSI Brescia

MERCOLEDI' 18 OTTOBRE 2023 - DALLE 20.30 ALLE 22.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area tecnica Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici della disciplina	2	<ul style="list-style-type: none"> Conoscenza e allenamento degli elementi tecnici della disciplina il riscaldamento la preparazione fisica generale e specifica 	Prof. Daniele Tolomini Formatore FGI

SABATO 21 OTTOBRE 2022 - DALLE 13.30 ALLE 18.30

DOMENICA 22 OTTOBRE 2022 - DALLE 9.30 ALLE 16.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area tecnica Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici della disciplina	10	Gli attrezzi della ginnastica artistica femminile <ul style="list-style-type: none"> • corpo libero: movimenti di base e loro sviluppo (rotolamenti, rovesciamenti, ribaltamenti) • mini trampolino: da attrezzo propedeutico a specialità • la trave • volteggio: la rincorsa e lo sviluppo dei salti • parallele: approccio all'attrezzo e preparazione fisica specifica 	Prof. Daniele Tolomini Formatore FGI

GIOVEDÌ 26 OTTOBRE 2023 - DALLE 20.00 ALLE 22.00

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area tecnica Conoscenze relative agli aspetti tecnici specifici della disciplina	2	Struttura di una lezione di ginnastica gioco <ul style="list-style-type: none"> • percorsi ludico-motori • utilizzo di attrezzi occasionali e codificati 	Prof. Daniele Tolomini Formatore FGI

LUNEDÌ 6 NOVEMBRE dalle 20.30 alle 22.30

PIATTAFORMA ZOOM

Area d'intervento	Ore	Argomenti da trattare per area	Relatore
area tecnica	2	Esame finale	Giacomo Bianchi Commissione Formazione CSI Brescia