

CORSO NAZIONALE di AGGIORNAMENTO  
per INSEGNANTI della SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA di I e II Grado  
**“GINNASTICA AEROBICA A SCUOLA”**  
**Norcia (PG) 2, 3 e 4 aprile 2006**

La Federazione Ginnastica d'Italia organizza il “CORSO NAZIONALE di AGGIORNAMENTO per INSEGNANTI della SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA di I e II Grado: “**GINNASTICA AEROBICA A SCUOLA**”. Il corso, autorizzato dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università, della Ricerca in quanto il CONI risulta inserito nell'elenco degli “enti accreditati” MIUR - DM 177/Direttiva 90/2003, si svolgerà a Norcia (Perugia) nei giorni 2, 3 e 4 aprile 2006, per un totale di 18 ore.

### DESTINATARI DEL CORSO

Il corso è rivolto agli insegnanti della scuola primaria e secondaria di I e II grado, per una disponibilità di circa 50 posti.

### ISCRIZIONE AL CORSO

La quota di partecipazione al corso, di €150,00, comprende i costi relativi al vitto, all'alloggio – sistemazione in stanze a 2/3 letti presso l'Hotel Salicone Sporting Club di Norcia (tel. Tel 0743.816513) - ed al materiale didattico.

### Modalità d'iscrizione

Le iscrizioni dovranno pervenire entro e non oltre il 11 marzo 2006, utilizzando l'apposito modulo che dovrà essere trasmesso on-line attraverso il sito della F.G.I. <http://www.federginnastica.it>, oppure via fax al n° 06.36858113.

Per informazioni rivolgersi alla Sig.ra Manuela ERCOLI al n° 06.36858175 o all'indirizzo e-mail [manuela.ercoli@federginnastica.it](mailto:manuela.ercoli@federginnastica.it)

## PROGRAMMA ORARIO

### I giornata

Ore 13.30/14.30: accoglienza e registrazione dei partecipanti

Ore 14.45: saluto introduttivo e consegna materiale

orario	Gruppo I	ambiente	Gruppo II	ambiente
15.30/17.15	GSS: analisi delle richieste tecniche del programma scolastico e proposte metodologiche - Criteri per la costruzione di una routine di ginnastica aerobica	aula	I passi base: requisiti Struttura di una lezione : esempi di combinazione passi-base	palestra
17.45/19.30	I passi base: requisiti Struttura di una lezione : esempi di combinazione passi-base	palestra	GSS: analisi delle richieste tecniche del programma scolastico e proposte metodologiche - Criteri per la costruzione di una routine di ginnastica aerobica	aula

Ore 20.30: cena

## II giornata

orario	scuola medie 1°	ambiente	scuola medie 2°	ambiente
9.00/10.30	Hi-low impact: differenze e criteri di approccio metodologici Condizionamento/streaching	palestra	Educazione al ritmo – scelte musicali – tecnica di costruzione di una coreografia	aula
11.00/12.30	Educazione al ritmo – scelte musicali – tecnica di costruzione di una coreografia	aula	Hi-low impact: differenze e criteri di approccio metodologici Condizionamento/streaching	palestra

Ore 13.00: pranzo

orario	scuola medie 1°	ambiente	scuola medie 2°	ambiente
15.00/16.30	Variazione dei passi-base Variazione di stile : hip-hop	palestra	Variazione dei passi-base Variazione di stile : hip-hop	palestra
17.00/18.30	Preparazione tecnica in riferimento ai programmi scolastici e della federazione ginnastica Costruzione di combinazioni con inserimento degli elementi tecnici	palestra	Preparazione tecnica in riferimento ai programmi scolastici e della federazione ginnastica Costruzione di combinazioni con inserimento degli elementi tecnici	palestra
18.30/19.30	FITBALL	palestra	FITBALL	palestra

Ore 20.00: cena

## III giornata

orario	scuola medie 1°	ambiente	scuola medie 2°	ambiente
9.00/10.00	Step: utilizzo dell'attrezzo, passi base – routine	palestra	Step: utilizzo dell'attrezzo, passi base – routine	palestra
10.00/10.45	Balli di gruppo	palestra	Balli di gruppo	palestra
11.30/12.30	ISF: Federazione Internaz. Sport Scolastici. Rapporto di collaborazione tra i comitati, regionale e provinciali della FGI, il CONI e il mondo della scuola	aula	ISF: Federazione Internaz. Sport Scolastici. Rapporto di collaborazione tra i comitati, regionale e provinciali della FGI, il CONI e il mondo della scuola	aula

Ore 12.30: chiusura del corso e consegna attestati di partecipazione.

## **DIRETTORE DEL CORSO**

Prof. Guido Menchi — Vicepresidente FGI

## **RESPONSABILE TECNICO ORGANIZZATIVO DEL CORSO**

Prof.ssa Cinzia Delisi — Responsabile nazionale FGI Settore "SCUOLA"

## **RELATORI e COLLABORATORI**

- Anna Claudia Cartoni - Docente di Educazione Fisica del corso di laurea in Scienze Motorie dell'Istituto Universitario di Roma / Collaboratrice settore "scuola" FGI
- Cristina Casentini – Direttrice tecnica nazionale FGI - Ginnastica Aerobica
- Monica Darone – Istruttrice FGI Ginnastica Ritmica ed Aerobica – Direttore Tecnico Regionale Settore "Fitness e salute" – Giudice internazionale di Ginnastica Aerobica
- Giuseppe De Vita - Docente di educazione fisica / Collaboratore settore "scuola" FGI
- Luisa Ferri - Docente di Educazione Fisica / Collaboratrice del settore "Scuola" FGI
- Massimo Monticelli – Coordinatore di educazione fisica CSA di Brindisi / Docente del Corso di Laurea in Scienze Motorie dell'Università di Foggia / Collaboratore settore "scuola" FGI
- Giacomo Piccoli – esperto FGI settore "aerobica e fitness"
- Emiliana Polini - Insegnante di Scuola Primaria / Direttrice Tecnica Regionale Ginnastica Generale FGI
- Luisa Righetti - Docente di educazione fisica / Docente del corso di laurea in Scienze Motorie dell'Università di Roma Tor Vergata/ Direttrice nazionale di giuria FGI - Ginnastica Aerobica
- Daniela Schiavon - Docente di educazione fisica / Docente del Corso di Laurea in Scienze Motorie dell'Università di Torino / Direttrice Tecnica Regionale Ginnastica Generale FGI / Collaboratrice settore "scuola" FGI
- Referenti Scolastici Regionali FGI

## **INFORMAZIONI**

### **Federazione Ginnastica d'Italia**

Palazzo delle Federazioni Sportive

Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma

tel. 06.36858175 / 06.36858364 - fax 06.36858113

e-mail: [scuola@federginnastica.it](mailto:scuola@federginnastica.it) sito internet: <http://www.federginnastica.it>

Responsabile Tecnico: Prof.ssa Cinzia Delisi

Tel. 338.9224569 e-mail: [cinzia.delisi@federginnastica.it](mailto:cinzia.delisi@federginnastica.it)

DOMANDA D'ISCRIZIONE

La domanda d'iscrizione potrà essere inviata on-line o via fax (06.36858113)

CORSO NAZIONALE di AGGIORNAMENTO  
per INSEGNANTI della SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA di I e II Grado  
**"GINNASTICA AEROBICA A SCUOLA"**

(CONI – ente accreditato MIUR)

**Norcia (Perugia) 2, 3 e 4 aprile 2006**

Cognome: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

Residente: Comune \_\_\_\_\_ Prov. \_\_\_\_\_

Via: \_\_\_\_\_ cap: \_\_\_\_\_

Codice Fiscale: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_ Cell: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Docente in: \_\_\_\_\_

Scuola di servizio: \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_

Indirizzo: \_\_\_\_\_ cap: \_\_\_\_\_

Comune: \_\_\_\_\_ Provincia: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

Si autorizza il trattamento dei dati personali ai sensi della Legge 675/96.

Firma \_\_\_\_\_

**Nota:** Entro cinque giorni dalla **accettazione** dell'iscrizione al corso dovrà essere inviata via fax (06.36858113) copia del versamento di € 150,00 relativo alla quota di partecipazione, comprensiva della pensione completa per due giorni e del materiale didattico. La somma dovrà essere versata tramite bonifico bancario sul **conto corrente n°00000010106** intestato a **Federazione Ginnastica d'Italia** - Banca Nazionale del Lavoro (Sportello CONI) – via Nigra 15 – 00194 Roma – ABI 01005, CAB 03309, CIN Y – **Causale: "Corso Insegnanti Scuola 2006"**