

FGI/CONI

CORSO NAZIONALE di AGGIORNAMENTO per INSEGNANTI della SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA di I e II Grado **"GINNASTICA AEROBICA SCOLASTICA: percorsi didattici"** **Norcia (PG) 14-15-16 marzo 2010**

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 SCOLASTICA: percorsi didattici"**. Il corso si svolgerà a Norcia (Perugia) nei giorni 14, 15 e 16 marzo 2010, 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 €160,00, 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 il 20 febbraio 2010, utilizzando l'apposito modulo che dovrà essere trasmesso via e.mail, scuola@federginnastica.it, oppure via fax al n° 06.36858113.

Per informazioni rivolgersi alla Sig.ra Emanuela ERCOLI al n° 06.36858175 o all'indirizzo e-mail emanuela.ercoli@federginnastica.it

PROGRAMMA ORARIO DEL CORSO

(il corso sarà organizzato in base alle esigenze dei docenti in due livelli – principiante ed avanzato)

Domenica 14 marzo 2010:

Ore 12.00/13.00 e 14.00/15.00: accoglienza e consegna materiale

Ore 15.00: apertura lavori

Ore 16.00/19.30: attività in palestra e/o in aula

Workshop

Lunedì 15 marzo 2010:

Ore 9.00/13.00: attività in palestra e/o in aula

Ore 15.30/19.30: attività in palestra e/o in aula

Workshop

Martedì 16 marzo 2010:

Ore 9.00/12.00: attività in palestra e/o in aula

Ore 12.00/12.30: chiusura corso e consegna attestati

PROGRAMMA

- Programmi tecnici: analisi delle richieste tecniche del programma scolastico e proposte metodologiche – aula
- Criteri per la costruzione di una routine di ginnastica aerobica – aula
- I passi base: requisiti - palestra
- Struttura di una lezione: esempi di combinazione passi-base – palestra
- Hi-low impact: differenze e criteri di approccio metodologici - palestra
- Condizionamento/streatching - palestra
- Educazione al ritmo – scelte musicali – tecnica di costruzione di una coreografia – palestra
- Variazione dei passi-base - palestra
- Variazione di stile : hip-hop - palestra
- Preparazione tecnica in riferimento ai programmi scolastici e della Federazione ginnastica - palestra
- Step: utilizzo dell'attrezzo, passi base – routine - palestra
- Rapporto di collaborazione tra i comitati, regionale e provinciali della FGI, il CONI e il mondo della scuola – aula

DIRETTORE DEL CORSO

Prof. Claudio Berto — Consigliere Nazionale FGI

RESPONSABILI TECNICO-ORGANIZZATIVI DEL CORSO

Prof.sse Viviana ROMEO (email : vivianaromeo@alice.it cell. 3490518787)

Prof.ssa Terdelinda RASTELLI (email : terdelinda.rastelli@gmail.com cell. 3358355402)

DOCENTI

- Monica Darone – Istruttrice FGI Ginnastica Ritmica ed Aerobica – Direttore Tecnico Regionale Settore “Fitness e salute” – Giudice internazionale di Ginnastica Aerobica
- Giacomo Piccoli – esperto FGI settore “aerobica e fitness”
- Marianovella Pavesi – Docente di Educazione Fisica – Tecnica Federale di Ginnastica Artistica - Giudice Internazionale di Ginnastica Artistica Femminile
- Daniela Schiavon - Docente di educazione fisica / Docente del Corso di Laurea in Scienze Motorie dell'Università di Torino / Direttrice - Direttrice Tecnica Regionale Ginnastica Generale FGI / Collaboratrice settore “scuola” FGI

INFORMAZIONI

Federazione Ginnastica d'Italia

Palazzo delle Federazioni Sportive

Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma

tel. 06.36858175 - fax 06.36858113

e-mail: scuola@federginnastica.it sito internet: <http://www.federginnastica.it>