

DIPLOMA TECNICO DELLO SPORT GINNASTICA

PARTE PRATICA

ATTIVITA' MOTORIE DI BASE AL SUOLO E IN ACQUA

29 e 30 Settembre 2018

orario: 09.00 – 13.00 / 14.00 – 18.00

PROGRAMMA

- **Introduzione alle Attività Motorie di Base.**
- **Finalità ed obiettivi del lavoro sulle Attività Motorie di Base.**
- **Le fasi sensibili per lo sviluppo delle capacità coordinative e condizionali: dai 3 anni ai 14.**
- **Cenni sullo sviluppo somatico e sull'evoluzione delle grandi funzioni vegetative.**
- **Ricerca, struttura e perfezionamento dello schema motorio nelle varie tappe auxologiche.**
- **Ricerca, consolidamento e perfezionamento dello schema corporeo nell'alternanza di turgor (aumento di peso) e proceritas (aumento di altezza).**
- **Schemi motori e schemi posturali, integrazione.**
- **Capacità coordinative e capacità condizionali.**
- **Principi metodologici**

PROGRAMMA SUOLO

- **Applicazioni pratiche: adattamento attivo o di aggiustamento, lateralizzazione, coscienza e percezione corporea, organizzazione spazio-temporale.**
- **L'educazione respiratoria.**
- **Esercizi in forma ludica, a corpo libero e con piccoli attrezzi: cerchio, bacchette, ostacolini, funicella, appoggi baumann, lo step, la fitball ed altro ancora.**

PROGRAMMA ACQUA

- **L'elemento acqua**
- **Schemi motori acquatici**
- **Cambiamenti tra acqua e suolo**
- **Piccoli e grandi attrezzi**
- **Lavoro in acqua ad altezze diverse**

AREA MANAGEMENT

- **La nuova legge sulla tutela sanitaria.**
- **La legge 39/2014 (attività con minori).**
- **Le responsabilità civili e penali dell'istruttore di Ginnastica.**
- **La legge sulla privacy (modulistica).**
- **La prevenzione e la sicurezza.**
- **Le assicurazioni: fidarsi è bene ma assicurarsi è meglio.**
- **La nuova legge sulla tutela sanitaria: il nuovo certificato medico e il BLSD**