



Corso CSEN per il conseguimento del DIPLOMA TECNICO di Maestro di Ballo COUNTRY di 1° livello



Il corso è tenuto da specialisti del settore ed è rivolto ai praticanti che vogliono migliorare la tecnica, accrescere la propria professionalità ed acquisire una qualifica nazionale. Tratta in modo particolare le tematiche inerenti all'insegnamento del ballo Country di 1° livello. Analizzerà la gestione e l'organizzazione delle varie tipologie di ballo Country, la conoscenza della storia, la provenienza del ballo e la nomenclatura dei passi di danza.

Struttura del corso

Il corso è articolato secondo uno specifico calendario e saranno trattati in maniera approfondita sia argomenti teorici che pratici:

-PSICOLOGIA e SVILUPPO MENTALE:

- Lo sviluppo Psicologico e mentale
- Allenare e rapportarsi con i giovani atleti secondo il metodo più adeguato alle loro fasi di sviluppo
- Allenare l'adulto, agonista e non agonista

-ANATOMIA e FISIOLOGIA, FUNZIONAMENTO del SISTEMA NERVOSO:

- Cenni di anatomia, e fisiologia dell'apparato muscolo scheletrico
- Cenni di funzionamento del sistema nervoso in relazione al gesto atletico
- Analisi delle forme di sollecitazione motoria
- Modalità di programmazione e pianificazione carichi di lavoro
- Prevenzione infortuni
- Teoria dell'allenamento sportivo

-PARTE PRATICA DEL CORSO:

- Riconoscimento delle varie posizioni di ballo
- Postura, equilibrio, pesi
- Riconoscimento del tempo musicale (bpm)
- Identificazione dei passi (nomenclatura)
- Metodo di insegnamento.

Alla fine del corso si svolgeranno gli esami di idoneità.

Saranno rilasciati un diploma di qualifica ed un tesserino tecnico a validità nazionale.

La parte teorica si terrà ad Udine, in via Valdagno, 35, presso la sede del Comitato Regionale CSEN FVG; la parte pratica in una delle sedi dell'ASD Lovecountrydance.