



13° CORSO di SPECIALIZZAZIONE per PREPARATORE FISICO della PALLACANESTRO

Stagione Sportiva 2016/2017

BANDO DI AMMISSIONE

Il presente Bando contiene le norme di ammissione ed il programma didattico del tredicesimo Corso di Specializzazione per Preparatore Fisico della Pallacanestro.

1. Finalità

Il Corso si propone l'obiettivo di fornire le conoscenze teoriche e pratiche necessarie per la gestione della preparazione fisica di una squadra di pallacanestro.

2. Destinatari

Il corso è destinato a:

- a) un massimo di 30 partecipanti
- b) un massimo di 5 uditori.

Il corso non sarà attivato se non si raggiungeranno i 25 iscritti.

Le domande di ammissione al corso dovranno essere redatte come da scheda allegata e pervenire alla FIP/CNA (Via Vitorchiano, 113 – 00189 Roma - Tel. 06/33481301) a mezzo fax (06/62276070) o via posta elettronica (allenatori@fip.it), **improrogabilmente entro il 18 Dicembre 2016.**

Si precisa che, come previsto dalla delibera n.442 assunta dal Consiglio Federale in data 10/05/2014, dalla stagione sportiva 2014/2015 è introdotta la qualifica di "Preparatore Fisico di Base". Tale qualifica, che potrà essere acquisita partecipando ad un percorso formativo regionale al quale accedere anche se non in possesso della Laurea in Scienza Motorie, permetterà di essere tesserati gare ed iscritti a referto fino ai campionati di Serie B ed A2/F.

3. Periodo di svolgimento

Il corso sarà biennale e si articolerà su tre periodi residenziali:

- la prima fase si svolgerà indicativamente dal 05/01/2017 all'08/01/2017;
- la seconda fase si svolgerà indicativamente dal 21/04/2017 al 25/04/2017.
- la terza fase si svolgerà indicativamente a fine giugno, in concomitanza con il Clinic Internazionale dei Preparatori Fisici, dove avranno luogo anche gli esami finali.

4. Luogo di svolgimento

In via di definizione la sede di svolgimento di tutte le tre fasi.

5. Quota di partecipazione

La quota di partecipazione al corso sarà di € 600,00 e verrà suddivisa in tre pagamenti:

- Il primo, all'atto dell'invio della domanda d'iscrizione, pari a € 100,00 (la quota, in caso di non ammissione, sarà restituita interamente);
- Il secondo, alla convalida dell'iscrizione, pari a € 250,00 (il versamento, in caso di mancata partecipazione al corso, non sarà restituito);

- Il terzo, prima della seconda fase, pari a € 250,00 (il versamento, in caso di mancata partecipazione al corso, non sarà restituito).

Tutti i versamenti dovranno essere intestati alla Federazione Italiana Pallacanestro ed effettuati tramite bonifico bancario (banca BNL) all'**IBAN: IT90A0100503309000000010119**.

Le spese di viaggio, vitto ed alloggio saranno a carico dei partecipanti.

6. Commissione Didattica

La Commissione Didattica sarà composta da Preparatori Fisici esperti della materia quali:

Prof. PANICHI Matteo
Prof. CEDOLINI Gianni
Prof. CUZZOLIN Francesco
Prof. TALIENTO Lorenzo
Prof. GUDERZO Paolo
Prof.sa TODESCHINI Caterina
Prof. MOLINA Andrea
Prof. SANTUCCI Tommaso
Prof. SAVIOZZI Fabio

Saranno individuati tra i docenti dei tutor, con un rapporto 1:8, per assistere gli allievi durante il loro percorso, nella valutazione dei tirocini didattici e nella stesura della tesi finale.

Altri docenti, esperti in materia, saranno coinvolti per tenere lezioni di approfondimento su alcune tematiche legate alla preparazione fisica.

7. Articolazione del corso

Il corso si svolgerà in una stagione sportiva, sarà residenziale e si articolerà in:

• PRIMA FASE

L'attività formativa di base includerà lezioni frontali, lavori pratici in palestra e tirocini didattici valutativi coordinati dai tutor per un totale di 36 ore di lezione. Saranno incluse 6 ore di tirocinio didattico valutativo coordinate dai tutor.

Al termine sarà previsto un test di verifica scritto sugli argomenti trattati.

• SECONDA FASE

L'attività formativa includerà lezioni frontali, e lavori pratici in palestra e stage monotematici per un totale di 42 ore di lezione. Saranno incluse 10 ore di tirocinio didattico valutativo coordinate dai tutor.

Al termine sarà previsto un test di verifica pratico sugli argomenti trattati.

• TERZA FASE

L'attività formativa includerà la partecipazione al Clinic Internazionale dei Preparatori Fisici organizzato dal C.N.A e dall'APFIP. In questo contesto avranno luogo anche le prove d'esame finale.

8. Frequenza al corso

La frequenza alle lezioni sarà obbligatoria con un massimo di assenze tollerate di 8 ore complessive nelle tre fasi.

9. ESAME FINALE

L'esame finale consisterà in un colloquio che verterà su:

- 1) una tesina sperimentale (redatta unicamente in Power Point) su un argomento scelto e sviluppato dal candidato nel periodo che intercorre dalla fine della prima fase, al giorno dell'esame.
- 2) Colloquio per valutare il livello di conoscenza e competenza su tutti gli argomenti trattati durante corso.

Il punteggio della prova di esame sarà sommato al punteggio della prova scritta della prima fase, dei tirocini, alla valutazione della tesina e darà luogo al punteggio finale .

10. Materie di insegnamento

Le principali materie d'insegnamento del corso saranno:

PRIMA FASE

Modulo 1 – IL GIOCO ED I MODELLI DI RIFERIMENTO METABOLICO E MUSCOLARE DELLA PALLACANESTRO.

Modulo 2 – LA FUNZIONALITA' MUSCOLO SCHELETRICA DEL GIOCATORE DI PALLACANESTRO

Modulo 3 – METODI DI VALUTAZIONE ANTROPOMETRICA SPECIFICI PER L'ANALISI DEL GIOCATORE DI PALLACANESTRO.

Modulo 4 - OBIETTIVI E METODI PER UNA PREPARAZIONE SPECIFICA DELLA FORZA NELLA PALLACANESTRO.

Modulo 5 – I MOVIMENTI GENERALI E SPECIFICI NELLA PALLACANESTRO. DALL'ANALISI DEL GESTO ALLE PROPOSTE METODOLOGICHE

SECONDA FASE:

Modulo 6 – IL LAVORO PROPRIOCETTIVO E L'USO DELLE ESERCITAZIONI DI STABILIZZAZIONE NELLA PALLACANESTRO.

Modulo 7 - L'ALLENAMENTO METABOLICO NELLA PALLACANESTRO

Modulo 8 – ORGANIZZAZIONE E PROGRAMMAZIONE DEL LAVORO FISICO NELLE DIVERSE CATEGORIE

Modulo 9 – ELEMENTI DI PREVENZIONE E DI RECUPERO DEGLI INFORTUNATI

Modulo 10 – L'INTERAZIONE DEL PREPARATORE FISICO CON LO STAFF TECNICO, QUELLO MEDICO/SANITARIO E QUELLO DIRIGENZIALE.

STAGE MONOTEMATICI:

- L'alimentazione e l'integrazione nello sport e nella pallacanestro.
- La moderna tecnologia al servizio del preparatore.
- Elementi di comunicazione e coaching.

11. Programma orario del Corso

Le lezioni si terranno nelle date sopraelencate, secondo il seguente orario:

- mattino, dalle ore 8.30 alle ore 12.30;
- pomeriggio, dalle ore 15.00 alle ore 19.00;

Gli Stage monotematici si terranno la sera dopo cena con date ed orari da definire.

L'orario, per motivi di carattere organizzativo, potrebbe essere soggetto a piccole variazioni.

12. Criteri di selezione

Di seguito sono riportati i criteri di selezione degli aspiranti partecipanti al 13° Corso di Specializzazione per Preparatore Fisico della Pallacanestro 2016/2017.

Il Direttore del Corso, in collaborazione con il C.N.A., provvederà all'esame delle candidature ed alla successiva selezione degli aspiranti al corso.

TITOLI VALUTABILI

Per accedere alla candidatura è richiesto obbligatoriamente uno dei seguenti titoli:

Laurea in Scienze Motorie Diploma ISEF.

Oltre ai requisiti obbligatori, per la stesura della graduatoria finale di ammissione, verranno valutati i seguenti titoli:

1. FORMAZIONE

1.1 LAUREA SPECIALISTICA IN SCIENZE MOTORIE (4 Punti cumulabili).

2. ATTIVITÀ TECNICA DA ALLENATORE (ultime due stagioni) titoli cumulabili:

- 2.1 Allenatore Nazionale (5 punti);
- 2.2 Allenatore (3 punti);
- 2.3 Allenatore/Istruttore di base (2 punti);
- 2.4 Preparatore Fisico di Base (3 punti).

3 ATTIVITA' TECNICA DA GIOCATORE:

- 3.1 giocatore di serie A e A2 per oltre 5 anni (3 punti)
- 3.2 giocatore di serie B e C per oltre 5 anni (2 punti)

4. PRODUZIONE SCIENTIFICA E INCARICHI DI DOCENZA:

- 4.1 Pubblicazioni tecnico-scientifiche nell'ambito sportivo (fino a 2 punti);
- 4.2 Docenza in materie tecnico-scientifiche nel corso di laurea in scienze motorie (fino a 2 punti).

5. AMMISSIONI SPECIALI E PER MERITI SPORTIVI:

Sono considerate, per un numero massimo di 3 posti (10% complessivo), delle candidature che presentano titoli paritetici ottenuti all'estero o eccezionali meriti sportivi ottenuti in rappresentanza della F.I.P. Questi curriculum verranno valutati direttamente dalla commissione del C.N.A. e dal Direttore del Corso.

A parità di punteggio si provvederà a valutare la data di arrivo della domande; in caso di ulteriore parità, verrà avanzata la domanda del più anziano in età.

L'ammissione o meno al corso sarà comunicata ENTRO IL 23/12/2016 tramite posta elettronica ad ogni singolo candidato, e sarà da considerare inappellabile.

NOTA BENE: TUTTE LE COMUNICAZIONI AVVERRANNO TRAMITE POSTA ELETTRONICA.

SI CONSIGLIA CALDAMENTE A TUTTI I CORSISTI DI MUNIRSI DEL COMPUTER PORTATILE E DI UNA CHIAVETTA DI MEMORIA USB, INDISPENSABILI PER IL PASSAGGIO DEL MATERIALE DIDATTICO.

TUTTO IL CORSO VERRA' FILMATO E MESSO A DISPOSIZIONE DEI CORSISTI.

**13° CORSO di SPECIALIZZAZIONE PER PREPARATORE FISICO DELLA PALLACANESTRO
Stagione Sportiva 2016/2017**

DOMANDA DI AMMISSIONE

Il sottoscritto/a _____ Nato/a a _____

prov. _____ il _____ Codice Fiscale _____

residente a _____ prov. _____ C.A.P. _____ regione _____

Via/piazza _____

(Qualifica CNA _____, N° Tessera _____)

CHIEDE

di essere ammesso/a alla Selezione per titoli del 13° Corso di Specializzazione per Preparatore Fisico della Pallacanestro in qualità di (barrare la dizione che interessa):

- partecipante
- uditore (specificare i giorni di presenza) _____

Si allega, COPIA DEL CERTIFICATO DI LAUREA IN SCIENZE MOTORIE o DEL DIPLOMA ISEF, curriculum e copia del versamento della quota d'iscrizione (per i soli partecipanti e non per gli uditori):

1. FORMAZIONE (elencare)
2. ATTIVITÀ DI TECNICO/ALLENATORE (elencare)
3. ATTIVITÀ DI PREPARATORE FISICO (elencare)
4. PRODUZIONE SCIENTIFICA E INCARICHI DI DOCENZA (elencare)

Indicare i principali titoli, tenendo conto dei criteri di selezione indicati al Punto 12 del Bando, allegando l'opportuna documentazione.

Il/La sottoscritto/a chiede che ogni comunicazione relativa al corso venga inviata al seguente indirizzo posta elettronica:

indirizzo posta elettronica (in stampatello) _____@_____

telefono _____/_____ cell. _____/_____

luogo e data _____

Firma per esteso
