

## **TITOLO CORSO: *Corso di formazione Insegnante “Anziani in Movimento”***

**Finalità e contenuti:** Il corso ha lo scopo di trasmettere conoscenze sia trasversali e relative alla Uisp sia specifiche a futuri Tecnici/insegnanti sportivi, a tal fine sarà dato ampio spazio a moduli pratici di lezione ed è obbligatorio il tirocinio finale. Gli argomenti trattati saranno funzionali all'ottenimento del riconoscimento della figura di tecnico/ insegnante Uisp che potrà promuovere e condurre in autonomia iniziative di attività motoria in favore di adulti e anziani per la promozione dell'invecchiamento attivo. Il corso è promosso da Uisp Solidarietà Federazione Regionale Toscana e Uisp Comitato Regionale Toscana.

**Data e Luogo di svolgimento:** Il corso si svolgerà nel periodo di Aprile 2018 – come da programma – successivamente avrà luogo il tirocinio di 20 ore.

Il corso sarà di carattere residenziale con pernottamento presso l'Hotel PortaValdera in Via de Chirico, 6, 56037 Peccioli (PI).

Il percorso formativo sarà strutturato in tre weekend e le lezioni teoriche e pratiche si svolgeranno presso il Centro Polifunzionale, Via Gramsci 1, Peccioli (PI) c/o Piscina Comunale.

**Costo:** Gratuito

**Numero Partecipanti:** Il corso sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di 10 partecipanti e fino ad un massimo di 25 iscritti.

**Requisiti di accesso:** Tessera UISP in corso di validità, età minima 18 anni. Il corso è aperto anche a volontari dell'associazionismo toscano<sup>1</sup> e verrà data priorità a coloro che sono in possesso di laurea in Scienze Motorie/diploma ISEF.

**Attestato:** A chi avrà frequentato l'80% del monte ore previsto, avrà superato la verifica finale (test e prova pratica), e avrà partecipato alle 20 ore di tirocinio previste verrà rilasciato l'attestato UISP Nazionale di Istruttore per attività adulti-anziani per il possesso della relativa qualifica rilasciata da Uisp Nazionale<sup>2</sup>

**Tirocinio:** Il tirocinio obbligatorio ha una durata di 20 ore, dovrà essere svolto in strutture Uisp con la supervisione di istruttori esperti UISP, in modo da acquisire esperienza sul campo e mettere in pratica quanto appreso durante il corso. Le ore di tirocinio dovranno essere completate entro il 30 Maggio p.v. L'attestazione della corretta effettuazione del tirocinio deve essere certificata dal

---

<sup>1</sup> Possono partecipare al corso anche volontari delle Associazioni di volontariato toscane, purché rispettino i requisiti di accesso e che inviino il proprio C.V. Contestualmente alla pre-iscrizione, con informazioni su studi ed esperienze formative e lavorative.

<sup>2</sup> Gli attestati e le qualifiche conseguite hanno valore nell'ambito Uisp come definito dall'art.2 comma b dello Statuto Uisp

Comitato territoriale Uisp di appartenenza del corsista o in altro Comitato a scelta del corsista. Le modalità specifiche di svolgimento saranno rese note successivamente. Al termine del tirocinio sarà svolta anche una prova pratica che andrà a completare la verifica già effettuata tramite test.

**Modalità di iscrizione e selezione dei partecipanti:** Le domande di pre-iscrizione dovranno essere inviate, entro il 30 Marzo 2018, tramite apposita scheda da compilare online, le iscrizioni saranno accolte in ordine di arrivo fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti, fatto salvo quanto previsto alla voce "requisiti di accesso".

Eventuali ulteriori pre-iscrizioni eccedenti il numero massimo previsto saranno inserite in lista di attesa in caso di eventuali rinunce. Coloro che saranno selezionati per la partecipazione al corso riceveranno una email di conferma.

**Tutor del corso:** Sara Fratini – Settore Formazione Uisp Comitato Regionale Toscana

## **PROGRAMMA**

### **Venerdì 6 Aprile**

Saluti - *Donatella Turchi* – *Presidente delegazione Cesvot di Pisa*

Ore 17.00 – 20.30 e Ore 21.00- 23.30 L'Uisp: storia e mission, politiche e progetti – *Alessandro Scali e Donatella Turchi [Unità Didattiche di base]*

### **Sabato 7 Aprile**

Dalle ore 9.00 alle ore 13.30:

Fisiologia e fisiopatologia dell'invecchiamento; aspetti critici e limiti del movimento nella terza età, autosufficienza – *Anita Paperini*

Psicologia dell'invecchiamento: cambiamenti cognitivi, comportamentali e sociali tipici di questa fascia d'età – *Olivia Bollini*

Ore 14.30- 17.30 Norme associative, Norme sull'ordinamento sportivo, legali e fiscali – *Enrica Francini [Unità Didattiche di base]*

### **Venerdì 20 Aprile**

Dalle ore 16.00 alle ore 20.30:

Il ruolo dell'operatore sportivo con gli anziani- *Sara Salvini*

Malattie neurologiche: aspetti clinici e funzionali – *Paolo Bongioanni*

### **Sabato 21 Aprile**

Dalle ore 9.00 alle ore 13.30:

La Comunicazione e la relazione con l'anziano, le dinamiche di gruppo - *Olivia Bollini*

Ore 14.00 – 17.00 Primo intervento, primo soccorso- *Medico (esperto) [Unità Didattiche di base]*

Ore 17.00- 19.00 **Educare** a un corretto stile di vita, alimentazione e attività fisica adattata – *Jessica Sapienza*

### **Sabato 28 Aprile**

Dalle ore 11.00 alle 20.00 (pranzo 13.00-14.00)

Metodologia dell'attività motoria ed ergonomia posturale: teoria e pratica- *Anita Paperini*

**Domenica 29 Aprile**

Dalle ore 9.00 alle ore 18.00 (pranzo 13.00-14.00)

Metodologie didattico/pedagogiche con i gruppi di anziani, dalla ginnastica dolce ai principi dell'AFA- Teoria e Pratica - *Sara Salvini*

A conclusione: Verifica-Test finale e valutazione del corso

**DOCENTI**

***Donatella Turchi:*** Responsabile del settore disabilità Uisp Toscana e Presidente delegazione Cesvot di Pisa

***Alessandro Scali:*** Responsabile organizzazione Uisp Toscana e Formatore regionale

***Enrica Francini:*** Responsabile bilancio e consulenze Uisp e Docente Nazionale

***Sara Salvini:*** Insegnante di Scienze motorie e Istruttrice AFA presso UISP

***Anita Paperini:*** Dottoressa di fisioterapia Fondazione Don Carlo Gnocchi ONLUS

***Jessica Sapienza:*** Nutrizionista

***Olivia Bollini:*** Dottoressa in Psicologia

***Bongioanni Paolo:*** Neurologo, Dir. Med. S.D. Gravi Cerebrolesioni acquisite- Azienda Ospedaliera – Universitaria Pisana