

## PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE PER LA QUALIFICA INSEGNANTE GINNASTICA PER TUTTI - METODICA GRANDE ETÀ

Approvata e riportata nel Regolamento Tecnico Nazionale della SdA GINNASTICHE  
Codice id. GIN 18: Ginnastica per tutti - Metodica grande età (vedi modulo formativo nello specifico Regolamento Tecnico Nazionale)

Argomento	Data e Orari	Sede	Docente
<b>La Promozione della salute. Le Politiche per la salute e contro la sedentarietà.</b>	<b>15 ottobre 2021</b> Dalle 15.00 alle 19.00	UISP Rovigo	Maria Chiara Pavarin Massimo Gasparetto
<b>Metodologia e didattica della ginnastica dolce per la grande età (UDN):</b> • Ginnastiche dolci e posturali, metodi di consapevolezza corporea; • Proposte motorie finalizzate a migliorare la mobilità articolare, la tonificazione muscolare, l'allineamento posturale, l'equilibrio, la coordinazione, il ritmo, la memoria motoria delle persone anziane.	<b>16 ottobre 2021</b> dalle 09.00 alle 13.00 dalle 14.30 alle 18.30 <b>17 ottobre 2021</b> dalle 09.00 alle 13.00 dalle 14.30 alle 18.30	Palestra	Francesca Brienza
<b>L'approccio alla persona anziana, approfondimenti di psicologia e pedagogia del movimento nella grande età.</b>	<b>13 novembre 2021</b> dalle 09.00 alle 13.00 dalle 14.30 alle 18.30 <b>14 novembre 2021</b> dalle 09.00 alle 13.00 dalle 14.30 alle 18.30	Palestra	Francesca Brienza Martino Dal Prà
<b>Geriatrica e fisiopatologia dell'invecchiamento.</b>	<b>24 novembre 2021</b> dalle 20.00 alle 22.00 <b>1 dicembre 2021</b> dalle 20.00 alle 22.00	On line	Fabiana Tezza Medico geriatra
<b>APPROFONDIMENTI</b> <b>La ginnastica dolce per la grande età:</b> • Esperienze di attività ludica, espressione; corporea e lavoro con la musica; • La programmazione didattica e la preparazione di un piano di lezione.	<b>4 dicembre 2021</b> dalle 09.00 alle 13.00 dalle 14.30 alle 18.00 <b>5 dicembre 2021</b> dalle 09.30 alle 13.00 dalle 14.30 alle 18.00	Palestra	Francesca Brienza

### PROGRAMMA APPROFONDIMENTO FORMATIVO ATTIVITA' FISICA ADATTATA

Per poter accedere all'approfondimento è necessario essere in possesso del Titolo Insegnante Ginnastica per tutti Metodica Grande Età

Argomento	Data e Orari	Sede	Docente
<b>L'approccio metodologico, Afa per danno d'organo e Afa per funzione; Le scale di misura (significato e applicazione); Stratificazione dei gruppi.</b>	<b>15 gennaio 2022</b> dalle 09.00 alle 13.00	Aula	Barbara Nesi
<b>La figura e il ruolo dell'educatore Afa; I Protocolli AFA utilizzati in Veneto.</b>	<b>15 gennaio 2022</b> dalle 14.30 alle 18.30	Palestra	Costa Luana Elisa Ravarotto
<b>Correlazioni tra la Ginnastica dolce e i protocolli AFA.</b>	<b>5 febbraio 2022</b> dalle 09.00 alle 13.00 dalle 14.30 alle 18.30	Palestra	Costa Luana Elisa Ravarotto
<b>AFA in acqua.</b>	<b>27 febbraio 2022</b> dalle 09.00 alle 13.00	Piscina	Cinzia Cestarollo



## EDUCATORI PER L'INVECCHIAMENTO ATTIVO CORSO DI FORMAZIONE PER LA QUALIFICA DI INSEGNANTE GINNASTICA PER TUTTI - METODICA GRANDE ETÀ



**OTTOBRE 2021 - FEBBRAIO 2022**

## EDUCATORI PER L'INVECCHIAMENTO ATTIVO

Il nostro Paese è uno dei più vecchi e dei più sedentari in Europa e il Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025 assume tra i suoi principali obiettivi la crescita della comunità attiva, in una prospettiva di lotta alle disuguaglianze in salute. In Veneto UISP collabora da anni con la Regione nella lotta alla sedentarietà e, tra i principali target, quello dell'età adulta e anziana rappresenta una eccellenza nelle nostre attività: offrire a questa fascia di popolazione diverse opportunità di praticare attività motoria e sportiva è infatti un obiettivo per la salute pubblica, ma è anche parte della nostra mission associativa.

**Il corso di formazione per "Operatori della ginnastica per tutti - qualifica Grandetà" è finalizzato a far acquisire ai partecipanti le competenze necessarie per condurre corsi di ginnastica dolce, o delle varie tipologie di attività fisica adattata secondo l'esperienza e le metodologie del "Progetto Integrato per la promozione della salute nella popolazione adulta e anziana" della UISP.** Queste competenze pongono i comitati Uisp del Veneto nella condizione di offrire molte opportunità di attività fisica e sportiva ai cittadini del Veneto.

### DESTINATARI

**Il corso è rivolto a soci Uisp, laureati in scienze motorie o isef o titoli equipollenti o diplomati o diplomate che abbiano partecipato al modulo base per la qualifica di insegnante Ginnastica per tutti - Metodica grande età.**

### STRUTTURA DEL CORSO

Il corso, considerando complessivamente i moduli sulla ginnastica dolce e sull'afa, si svolgerà tra **ottobre 2021 e fine febbraio 2022, per un totale di 46 + 20 ore formazione.** Le attività saranno prevalentemente in presenza nei weekend, nel rispetto delle normative COVID, alcune si potranno svolgere online secondo il programma allegato; alle lezioni di impostazione teorica si alterneranno esercitazioni e simulazioni pratiche, discussione e analisi dei casi. Alla fine del corso i partecipanti dovranno svolgere **20 ore di tirocinio** on la supervisione di insegnanti esperti, successivamente si terrà un **esame conclusivo del percorso.** La formazione sarà rivolta ad un massimo di 30 partecipanti, in caso di mancato raggiungimento del numero minimo di iscritti verrà rimborsato integralmente quanto versato.

### SEDI

Il corso si terrà in **aule o palestre presso i capoluoghi del Veneto** a seconda della provenienza dei partecipanti. Le sedi (palestre ed aule) saranno comunicate agli iscritti.

## FORMATORI

### FRANCESCA BRIENZA

*Formatrice nazionale Uisp per l'invecchiamento attivo, docente a contratto presso Università del Foro Italico di Roma*

### MARTINO DAL PRA

*Formatore nazionale Uisp, Insegnante del metodo Feldenkrais*

### MASSIMO GASPARETTO

*Responsabile regionale UISP "Politiche per gli Stili di Vita e la Salute", formatore nazionale Uisp per l'invecchiamento attivo.*

### MARIA CHIARA PAVARIN

*Medico, dirigente UISP Rovigo*

### LUANA COSTA

*Formatrice nazionale UISP*

### ELISA RAVAROTTO

*Formatrice nazionale UISP*

### CINZIA CESTAROLLO

*Laureata in scienze motorie, Istruttrice e coordinatrice UISP di AFA in acqua*

### BARBARA NESI

*Dottoressa magistrale in terapia della riabilitazione dell'ULSS 11 di Empoli*

### FABIANA TEZZA

*Geriatra in servizio presso l'ULSS 6 Euganea*

### COSTO DI PARTECIPAZIONE

La quota di partecipazione è di **€ 275** per il modulo sulla ginnastica dolce, e di **€ 75** per la parte sull'attività fisica adattata (la quota comprende il materiale didattico).

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Per iscriversi inviare via mail (entro venerdì 8 ottobre 2021 ) a **[amministrazione.veneto@uisp.it](mailto:amministrazione.veneto@uisp.it)** allegando la scheda di iscrizione, compilare con cura la nota biografica e professionale e la ricevuta del pagamento. Codice Iban per il bonifico: **IT90B306909606100000015380** intestato a UISP Comitato Regionale Veneto. Nella causale inserire il proprio cognome/nome e "Iscrizione corso formazione educatori operatore della grande età (modulo 1)". "Approfondimento sull'attività fisica adattata" (modulo 2).

### SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Presso il **Comitato Regionale Veneto**

**Tel. 041.5385314 - Cell. 340.0810594** (chiedere di Luana Costa)  
nei giorni di lunedì, mercoledì, venerdì dalle 09.00 alle 13.00  
o al nr. **328.4961520** il lunedì dalle 14.30 alle 17.30.