

PROT 274/2017

Bologna, 29 Agosto 2017

Ai partecipanti al Corso di
Formazione per Insegnante Regionale
di Tennis UISP

Ai Comitati Territoriali UISP Emilia Romagna
Settore Tennis

Alla c.a. del Settore Tennis UISP Nazionale

OGGETTO: CORSO DI FORMAZIONE PER INSEGNANTI UISP REGIONALE DI TENNIS

PROVA TECNICA DI AMMISSIONE AL CORSO

SABATO 23 SETTEMBRE 2017 ORE 15.00

Circolo Tennis Polisportiva Zola Ponteronca

PROGRAMMA CORSO

PRIMA GIORNATA: SABATO 30 SETTEMBRE 2017 – AREA TECNICA

CIRCOLO TENNIS UISP CARPI

Ore 9.00 Saluti e presentazione
Video sui valori della UISP con discussione
La nostra metodologia (come si insegna nella UISP) Prima Parte
La nostra metodologia Seconda Parte
Il Pensiero divergente (Video)

Ore 13.00 Pausa pranzo

Ore 14.30 Le capacità coordinative (Video)
Valori in campo (esercizi sull'attenzione e sulla coordinazione)
Lavori in campo (Training mentale)

lezione a cura del Coach G. Paleni

SECONDA GIORNATA: DOMENICA 01 OTTOBRE 2017 -AREA TECNICA

CIRCOLO TENNIS UISP CARPI

Ore 9.00 Il nostro tennis: a scuola di felicità

Ore 13.00 Pausa Pranzo

Ore 14.30 Tennis propedeutico
Lezione a cura di Prof. E. Palma.

TERZA GIORNATA: SABATO 14 OTTOBRE 2017 – AREE COMUNI

HOTEL OLIMPIA IMOLA

Ore 09.00 Ritrovo

Ore 09.30 Inizio dei lavori

Elementi base della Teoria e Metodologia dell'allenamento (teoria)

lezione a cura della Prof.ssa Monica Risaliti – metodologa e preparatrice atletica

Ore 13.00 Pausa pranzo

Ore 14.30 Ripresa dei lavori

Elementi base della Teoria e Metodologia dell'allenamento (teoria)

lezione a cura della Prof.ssa Monica Risaliti

QUARTA GIORNATA: DOMENICA 15 OTTOBRE 2017 -AREA TECNICA

CIRCOLO TENNIS UISP CARPI

Ore 09.00

Confronti fra le varie metodologie di insegnamento

Cenni sullo schema corporeo

Ore 13.00 Pausa pranzo

Ore 14.30

Cenni di biomeccanica sulla gestualità tennistica

Esercizi in campo finalizzati allo sviluppo delle varie capacità coordinative

lezione a cura di M. G. Guastadini

QUINTA GIORNATA: SABATO 28 OTTOBRE 2017- AREA TECNICA

CIRCOLO TENNIS UISP CARPI

Ore 9.00 Inizio lavori

Metodo deduttivo e problem solving

Mental coaching : ansia, motivazione, prestazione

Ore 13.00 Pausa Pranzo

Ore 14.30 Ripresa del lavori

SESTA GIORNATA : DOMENICA 29 OTTOBRE 2017 – AREA TECNICA
CIRCOLO TENNIS UISP CARPI

ORE 09.00 – 11.00 “Attività”

ORE 11.00 – 13.00 Prima parte Circuit training coordinativo, tecnico e mentale
Programma personalizzato di allenamento tecnico e mentali sul atleti di diverso livello.
Lezione a cura del M. F. Menabue
ORE 13.00 Pausa Pranzo

ORE 14.30 Ripresa del lavoro Seconda parte Circuit training coordinativo, tecnico e mentale
Programma personalizzato di allenamento tecnico e mentali sul atleti di diverso livello.
Lezione a cura del M. F. Menabue

SETTIMA GIORNATA : SABATO 11 NOVEMBRE – AREE COMUNI
anatomia, fisiologia, pronto soccorso, alimentazione (Area medico-biologica)
Sede: Hotel Olimpia Imola

Ore 09.00 Ritrovo

Ore 09.30 Inizio dei lavori
Conoscenze di base di anatomia e fisiologia
lezione a cura del Dott. Gianluca Calanchi

Ore 13.00 Pausa pranzo

Ore 14.30 Ripresa dei lavori
Traumatologia legata all'attività sportiva.
Nozioni di alimentazione.
lezione a cura del Dott. Gianluca Calanchi

OTTAVA GIORNATA DOMENICA 12 NOVEMBRE 2017 – AREE COMUNI
Sede: Hotel Olimpia Imola

Ore 08.30 Ritrovo

Ore 9.00 Inizio dei lavori
BLS-D
lezione a cura dei formatori Uisp

Ore 14.00 Sospensione dei lavori

Ore 15.00 Ripresa dei lavori
La figura del tecnico/educatore sportivo: tipologie di collaborazioni, responsabilità e strumenti di tutela
lezione a cura della Dott.ssa Francesca Colecchia - Arsea

SABATO 25 NOVEMBRE 2017 ORE 15.00

CIRCOLO TENNIS UISP CARPI

Via C. Marx, 36 CARPI (MO)

ESAME CON PRESENTAZIONE DI TESINA E ASSEGNAZIONE ORE DI AFFIANCAMENTO

DOCUMENTI OBBLIGATORI DA PRESENTARE

SABATO 23 SETTEMBRE 2017

1. Autocertificazione Titolo di Studio.
2. Certificato Medico di idoneità Fisica.
3. Eventuale nulla osta per gli extraregionali.
4. Ricevuta di versamento di Euro 400,00
5. **Fotocopia tessera D UISP 2018** (recarsi presso il Comitato UISP di appartenenza)

DATI PER IL VERSAMENTO DI EURO 400,00

BONIFICO:

BANCA PROSSIMA – IBAN: IT 44 Z03359 01600 100000015724

Specificare nella causale – CORSO PER INSEGNANTE REGIONALE DI TENNIS UISP

CONTO CORRENTE POSTALE:

N. 22421408 – IBAN IT 67 O 0760102400 000022421408 INTESTATO A UISP – COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA

Specificare nella causale – CORSO PER INSEGNANTE REGIONALE DI TENNIS UISP

LE SEDI DEL CORSO

CIRCOLO TENNIS UISP CARPI

Via C. Marx, 36 CARPI (MO)

HOTEL OLIMPIA

Via Pisacane, 69 . IMOLA (BO)

CENTRO TENNIS – POL. ZOLA

VIA Matilde di Canossa, 1 – PONTERONCA BO -