

UISP LEGA MONTAGNA
UISP COMITATO REGIONALE MARCHE
EVENTO FORMATIVO DI NORDIC WALKING
O.S.V. NORDIC WALKING UISP

RIVOLTO A SOCI CON ESPERIENZA PLURIENNALE NELLA DISCIPLINA DEL NORDIC WALKING CHE HANNO GIÀ FREQUENTATO E CONCLUSO IL CORSO AREE COMUNI COME PREVISTO DAL PERCORSO FORMATIVO PER ACQUISIRE IL TITOLO DI OSV ISTRUTTORE DI NORDIC WALKING DELLA LEGA MONTAGNA UISP

DOMENICA 3 GENNAIO 2016 ORE 9,00-10,00: TEST DI INGRESSO

Valutazione della camminata nordica da parte della Commissione

Si verifica il livello tecnico dell'aspirante OSV attraverso l'analisi del gesto. Si valutano gli elementi fondamentali del NW quali l'ampiezza del movimento delle braccia, la coordinazione della mano: chiudi-apri, la coordinazione incrociata arti superiori e arti inferiori, la posizione del busto, l'ampiezza del movimento degli arti inferiori, la rullata del piede.

COMUNICAZIONE DEI RISULTATI

DOMENICA 3 GENNAIO 2016

ORE 10.30 AULA	INIZIO LAVORI-INTRODUZIONE	Coordinatore N.W. Lega Montagna
-------------------	----------------------------	---------------------------------

ORE 10,30-12,00 TEORIA	RUOLO O.S.V. UISP DI NORDIC WALKING MATERIALE N.W. STORIA DEL N.W. LA PROPOSTA TECNICA DEL N.W.	
---------------------------	--	--

ORE 12,00-13,00 PRATICA	ESERCITAZIONE PRATICA RIPRESA VIDEO	COMMISSIONE TECNICA
----------------------------	--	---------------------

PAUSA PRANZO 13,00-14,00

ORE 14,00-17,00 PRATICA	LA TECNICA DEL NORDIC WALKING	COMMISSIONE TECNICA
----------------------------	-------------------------------	---------------------

ORE 17,00-19,00 AULA	ANALISI DEL VIDEO	
-------------------------	-------------------	--

LUNEDI 4 GENNAIO 2016

ORE 9.00 -11,00 TEORIA	CENNI DI ANATOMIA E FISIOLOGIA APPLICATA AL N.W. BIOMECCANICA E POSTURA I BENEFICI DEL NORDIC WALKING	
---------------------------	---	--

ORE 11,00-13,00 PRATICA	ESERCITAZIONE PRATICA LA TECNICA DEL NORDIC WALKING	COMMISSIONE TECNICA
----------------------------	--	---------------------

PAUSA PRANZO 13,00-14,00

ORE 14,00-17,00 PRATICA	LA TECNICA DEL NORDIC WALKING RIPRESA VIDEO	COMMISSIONE TECNICA
----------------------------	--	---------------------

ORE 17,00-19,00 AULA	ANALISI DEL VIDEO APPROFONDIMENTI SULLA TECNICA	
-------------------------	--	--

MARTESI 5 GENNAIO 2016

ORE 9,00	RITROVO IN AULA	
ORE 9,15-11,00 PRATICA	ESERCITAZIONE PRATICA LA TECNICA DEL NORDIC WALKING	COMMISSIONE TECNICA
ORE 11,00-13,00 TEORIA	PROGRAMMAZIONE DIDATTICA NEL NORDIC WALKING METODOLOGIA-LEZIONE-ALLENAMENTO N.W. PROGETTAZIONE	

PAUSA PRANZO 13,00-14,00

ORE 14,00-17,00 PRATICA	ESERCITAZIONE PRATICA SIMULAZIONE LEZIONE N.W. PROGRESSIONE DIDATTICA-LEZIONE	COMMISSIONE TECNICA
ORE 17,00-19,00 TEORIA Montagna	APPROFONDIMENTI TECNICI-DIDATTICI-METODOLOGICI CONSEGNE PER LA VERIFICA FINALE	Coordinatore N.W. Lega

DOMENICA 17 GENNAIO 2016

ORE 9,00	RITROVO IN AULA
ORE 9,00-10,30 TEORIA-PRATICA	ESERCITAZIONE DIDATTICA DI GRUPPO

ORE 11,00 INIZIO VERIFICA FINALE

PARTE PRATICA ORE 10,30-13,30	PROGRESSIONE DIDATTICA SIMULAZIONE LEZIONE
PARTE TEORICA ORE 15,00 AULA	VERIFICA SCRITTA

COMUNICAZIONE RISULTATI.

Verifica Finale pratica. Si verifica l'acquisizione delle conoscenze e delle competenze fornite durante lo stage tecnico attraverso una progressione didattica ed una prova pratica di simulazione di lezione.

Verifica Finale teorica. Si verifica l'acquisizione delle conoscenze fornite durante lo stage tecnico attraverso prova scritta a domande con risposta multipla e aperta.

DOCENTI- RELATORI DEL CORSO:

prof.ssa Paola Colorà: tecnica, teoria metodologia e didattica, programmazione e progettazione finalizzata al Nordic Walking
dott.ssa Carla Salvadori: anatomia, fisiologia, effetti benefici applicati al Nordic Walking.
Commissione Tecnica : Staff-Esperti N.W.

RESPONSABILE dello stage tecnico: Paola Colorà - email: info@nwce.it

Responsabile logistico UISP Marche : Luigi Centanni cell.345 480 8140 email : marche@uisp.it

Giovanni Barone cell. 333 3838088 mail : g.barone@uisp.it

QUOTA D'ISCRIZIONE: € 160. (le spese di vitto, alloggio e viaggio sono a carico dei singoli partecipanti).

MODALITA' DI ISCRIZIONE: Compilare la domanda di iscrizione (scaricabile da questo sito www.uisp.it/montagna alla voce formazione/modulistica) ed inviarla, come allegato, all'indirizzo e-mail formazione.montagna@uisp.it entro le ore 24 del 23/12/2015. Apporre su una copia stampata la doppia firma dell'aspirante Operatore Sportivo Volontario e del Presidente dell'associazione affiliata o del comitato UISP di appartenenza e consegnare l'originale al responsabile all'inizio dell'attività formativa. Allegare il curriculum compilato su modello scaricabile dalla home page del sito www.uisp.it/montagna alla voce formazione/modulistica.

MODALITA' DI PAGAMENTO quota di iscrizione: Bonifico bancario a favore di: UISP nazionale – Distaccamento Amministrativo di Firenze, c/c di BANCA PROSSIMA IBAN IT23R0335901600100000101662 con la seguente causale: " Lega Montagna: Stage tecnico e test Nordic Walking Ancona 3-4-5-17 gennaio 2016 ". Inviare per e-mail alla segreteria nazionale della Lega Montagna UISP formazione.montagna@uisp.it . Presentare l'originale al responsabile del corso.

COME ARRIVARE/APPUNTAMENTO: in autostrada A14 uscita Ancona Nord proseguire direzione Jesi , Palazzetto dello Sport " E. Triccoli " Via Tabano.

MATERIALE NECESSARIO: occorrente per appunti, eventuale chiavetta USB , attrezzatura individuale NW

CONTATTI : per informazioni logistiche: UISP COMITATO REGIONALE MARCHE Centanni Luigi cell. 345 480 8140 email : marche@uisp.it ; Giovanni Barone cell. 333 3838088 mail : g.barone@uisp.it

NOTA BENE: I corsisti dovranno presentarsi al corso muniti di : TESSERA UISP in corso di validità – copia CERTIFICATO MEDICO per attività non agonistica rilasciato da non oltre 12 mesi – MODULO ISCRIZIONE CORSO notificato dal Presidente Associazione o Comitato di appartenenza – COPIA BONIFICO – CURRICULUM SPORTIVO. Se non in possesso dei documenti i corsisti non saranno ammessi.