

DIVENTA INSEGNANTE GINNASTICA PER TUTTI METODICA **GRANDE ETÀ**

Dal 31 Gennaio all'8 Marzo 2026

Percorso formazione **Grande Età**

Quota di iscrizione

€ 200,00 (7 moduli formativi)

Iscrizioni aperte dal 05/01/2026 al 31/01/2026

Il corso parte al raggiungimento del numero minimo di 10 persone

I laureati con laurea triennale in scienze motorie sono esenti dai moduli del:
31 gennaio | 13 febbraio
ma sono comunque caldamente invitati

**Requisiti
per ottenere la qualifica:**

- È necessario svolgere le **UDB**
- Test finale (scritto, orale, pratico)
- Tirocinio (20 ore)

Programma,
info e modulo iscrizione



Per info: Comitato UISP Teramo
Tel. +39 389 115 8103 (Antonio Ercolano)

Rivolto a tesserati Uisp maggiorenni in possesso di tessera D



PROGRAMMA

FORMAZIONE **GRANDE ETÀ**

Programma corso di formazione per la qualifica di:
Insegnante Ginnastica per tutti metodica Grande Età



31 GENNAIO dalle ore 8.30 alle 12.30 e dalle ore 14.30 alle 17.30

Elementi di fisiologia e di anatomia
Benefici dell'attività su sistemi e apparati

Docente: GINESIO PICCHINI
Presso Sala Buoizzi Piazza Bruno Buoizzi Giulianova

7 FEBBRAIO dalle ore 14.30 alle 18.00

8 FEBBRAIO dalle ore 09.00 alle 13.00 e dalle ore 14.30 alle 18.30

Metodologia e Didattica: programmazione didattica e la preparazione di un piano di lavoro.

Docente: MARTINO DAL PRA
Presso Palestra Life viale Bovio 144 Teramo

Metodologia e didattica della ginnastica dolce per la terza età:
-proposte motorie finalizzate a migliorare la mobilità articolare, la tonificazione muscolare, l'allineamento posturale, la coordinazione e l'equilibrio.

13 FEBBRAIO dalle ore 9.30 alle 12.30 e dalle ore 14.30 alle 18.30

L'approccio alla persona anziana, approfondimenti di psicologia e pedagogia del movimento nella grande età

Docente: OTTAVIA CAPPARUCCINI
Presso Sala Buoizzi Piazza Bruno Buoizzi Giulianova

Pedagogia del movimento:
-apprendimento motorio;
-l'integrazione tra la dimensione motoria, cognitiva e affettiva;
-il movimento come linguaggio e la comunicazione non verbale

Psicologia del movimento:
-attenzione, osservazione, ascolto;
-costruzione di una relazione di fiducia;
-gestione delle emozioni e dei conflitti;
-comunicazione e gestione del gruppo.

14 FEBBRAIO dalle ore 8.30 alle 12.30

Geriatria e fisiopatologia dell'invecchiamento:
-L'invecchiamento: aspetti geriatrici, gerontologici e sociali.
-Fisiopatologia e modificazioni senili dei vari apparati.
-Fisiologia dell'esercizio fisico nell'anziano.
-Pluripatologia.
-Interferenze sull'esercizio fisico.

Docente: CARMINE GALIE'
Presso Sala Buoizzi Piazza Bruno Buoizzi Giulianova

Politiche per la salute e contro la sedentarietà:
-sana alimentazione.

Docente: PAOLO DE CRISTOFARO
Presso Sala Buoizzi Piazza Bruno Buoizzi Giulianova

21 FEBBRAIO dalle ore 9.00 alle 12.00

Area ludico motoria e sociale:
-La promozione dell'attività fisica;
-la motivazione al movimento;
-i piani della prevenzione nazionale e regionale;
il welfare di comunità;
-gli anziani attivi;
-le disuguaglianze in salute;
-la rigenerazione urbana per la salute.

Docente: MASSIMO GASPARETTO
Presso Sala Buoizzi Piazza Bruno Buoizzi Giulianova

21 FEBBRAIO dalle ore 14.00 alle 18.30

22 FEBBRAIO dalle ore 9.00 alle 13.00

Metodologia e didattica della ginnastica dolce per la grande età:
-esperienze di attività ludiche ed espressione corporea

Docente: FRANCESCA BRIENZA
Presso Palestra Life viale Bovio 144 Teramo

7 MARZO dalle ore 14.30 alle 18.30

Metodologia e didattica della ginnastica dolce per la terza età

Docente: MARTINO DAL PRA
Presso Palestra Life viale Bovio 144 Teramo

8 MARZO dalle ore 9.00 alle 11.00

Metodologia e didattica della ginnastica dolce per la terza età

Docente: MARTINO DAL PRA
Presso Palestra Life viale Bovio 144 Teramo

METODO DI PAGAMENTO: **BONIFICO BANCARIO**

IBAN: IT33E03069096061000000015458 Banca
Intesa San Paolo intestato a UISP Comitato
Territoriale Teramo APS Causale Corso di
Formazione Terza Età 2026

Il corso parte al raggiungimento del numero minimo di 10 persone

Per info: Comitato Territoriale UISP Teramo (Antonio Ercolano) Tel. 389 115 8103 - teramo@uisp.it
Rivolto a tesserati Uisp maggiorenni in possesso di tessera D