



FEDERAZIONE ITALIANA

Kickboxing Muay Thai Savate Shoot Boxe Sambo



DSA / CONI

CORSO ALLENATORI 2019 TRENINO

ORGANIZZATORE

Delegato FIKBMS Regione Trentino

LUOGO DELL'EVENTO

Presso Palestra a.s.d. PUNTO FITNESS via del Garda 44 bis a Rovereto

PROGRAMMA:

SABATO 12 GENNAIO 2019

dalle 14.00 alle 19.00 docente Michele Surian

- **STORIA E STRUTTURA FEDERALE E REGOLAMENTI** (Nascita, cronologia storica, le specialità, ruoli e compiti dell'allenatore.
- **PSICOLOGIA DELLO SPORT** (Motivazione, obiettivi, metodi di insegnamento)

DOMENICA 13 GENNAIO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/18.00 docente Alessandro Milan

- **DIDATTICA** (Struttura di una lezione)
- **METODOLOGIA DELL' ALLENAMENTO** (mobilità articolare)
- **COMPETIZIONI INCENTRATE SU ABILITÀ MOTORIE DIVERSE DALL' COMBATTIMENTO**

DOMENICA 27 GENNAIO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/18.00 docente Alessandro Milan

- **ANATOMIA** (assi e piani)
- **ESERCITAZIONI PRATICHE** (gioco – avviamento – sport)

DOMENICA 3 MARZO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/18.00 docente Alessandro Gallupo

- **ANATOMIA E FISIOLOGIA** (aspetti anatomo-fisiologici dell'allenamento in età evolutiva)
- **TAPPE AUXOLOGICHE E FASI SENSIBILI DELL' APPRENDIMENTO** (la specializzazione prematura)
- **ORGANIZZAZIONE DI UNA LEZIONE**
- **PSICOLOGIA** (aspetti psicologici nell'insegnamento in età evolutiva)

DOMENICA 28 APRILE 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/16.00 docente Alessandro Gallupo

- **METODOLOGIA DELL' ALLENAMENTO** (definizione di allenamento. Carico, recupero, super compensazione)
- **ALIMENTAZIONE** (macronutrienti e micronutrienti, fabbisogno calorico. Principi di un'alimentazione corretta)

dalle 16.00 alle 18.00 docente Iva Semeradova

- **REGOLAMENTI DI GARA DI TUTTE LE DISCIPLINE**

SABATO 11 MAGGIO 2019

dalle 14.00 alle 18.00 docente Dott. Alessandro Viesi

- **MEDICINA DELLO SPORT** (la concussione cerebrale e traumi da contatto)

DOMENICA 12 MAGGIO 2019

dalle 9.00/13.00 e 14.00/19.00 docente Dott. Alessandro Viesi

- **ANATOMIA** (cellule, tessuti apparato locomotore)
- **FISIOLOGIA** (sistema cardiocircolatorio, sistema nervoso, fibre muscolari e tipi di contrazione)
- **PRIMO SOCCORSO** (chiamata al 112 primo soccorso)

ISCRIZIONI

È obbligatorio effettuare l'iscrizione al corso online solamente tramite **piattaforma FIKBMS**
ENTRO E NON OLTRE mercoledì 9 gennaio 2019.

Il costo dell'intero corso è di 500,00 Euro.

Il versamento è da effettuarsi tramite bonifico bancario a:

FIKBMS

UBIBANCA

IBAN IT49H0311120406000000015928

CAUSALE: CORSO ALLENATORI 2019 ROVERETO (TN)

A conferma dell'iscrizione è necessario inviare via e-mail la copia del pagamento eseguito alla segreteria federale – eventi@fikbms.net **entro mercoledì 9 gennaio 2019.**