

## Allegato: n.1 Domanda di iscrizione

### FGI/CONI

CORSO NAZIONALE di AGGIORNAMENTO  
per INSEGNANTI della SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA di I e II Grado

**“GINNASTICA AEROBICA SCOLASTICA:  
percorsi didattici”**

**Norcia (PG) 9-10-11 novembre 2014**

La Federazione Ginnastica d'Italia organizza il “CORSO NAZIONALE di AGGIORNAMENTO per INSEGNANTI della SCUOLA PRIMARIA e SECONDARIA di I e II Grado: **“GINNASTICA AEROBICA SCOLASTICA: percorsi didattici”**. Il corso si svolgerà a Norcia (Perugia) nei giorni 9, 10 e 11 novembre 2014, per un totale di 16 ore.

#### DESTINATARI DEL CORSO

Il corso è rivolto agli insegnanti della scuola primaria e secondaria di I e II grado, e verrà organizzato con un minimo di 30 iscritti e fino ad un massimo di 50 persone.

#### ISCRIZIONE AL CORSO

La quota di partecipazione al corso, di €180,00, comprende i costi relativi al vitto, all'alloggio – sistemazione in stanze a 2/3 letti, presso il Best Western Hotel Salicone Sporting Club di Norcia (tel. Tel 0743.816513), e al materiale didattico.

#### Modalità d'iscrizione

Le iscrizioni dovranno pervenire entro il **27 ottobre 2014**, utilizzando l'apposito modulo che dovrà essere trasmesso via e.mail a: [info@federginnastica.it](mailto:info@federginnastica.it)  
Per informazioni rivolgersi alla Sig.ra Emanuela ERCOLI al n° 06.87975030 o all'indirizzo e-mail: [emanuela.ercoli@federginnastica.it](mailto:emanuela.ercoli@federginnastica.it)

#### PROGRAMMA ORARIO DEL CORSO

(il corso sarà organizzato in base alle esigenze dei docenti in due livelli – principiante ed avanzato)

##### **Domenica 9 novembre 2014:**

Ore 13.30/15.00: accoglienza e consegna materiale

Ore 15.00: apertura lavori

Ore 15.30/19.30: attività in palestra e/o in aula - Workshop

##### **Lunedì 10 novembre 2014:**

Ore 9.00/13.00: attività in palestra e/o in aula

Ore 15.30/19.30: attività in palestra e/o in aula - Workshop

##### **Martedì 11 novembre 2014:**

Ore 8.30 12.00: attività in palestra e/o in aula

Ore 12.00/12.30: riflessioni - consegna attestati - chiusura corso

#### DIRETTORI DEL CORSO

Sig. Fabio Gaggioli — Consigliere Nazionale FGI

Prof.ssa Emiliana Polini – Direttrice Tecnica Nazionale Ginnastica per Tutti e Referente Nazionale Settore Scuola

## DOCENTI

- Monica Darone – Istruttrice FGI Ginnastica Ritmica ed Aerobica – Direttore Tecnico Regionale Settore “Fitness e salute” – Giudice internazionale di Ginnastica Aerobica
- Paolo Evangelista – esperto FGI settore “aerobica e fitness”
- Daniela Schiavon - Docente di educazione fisica / Docente del Corso di Laurea in Scienze Motorie dell'Università di Torino / Direttrice Tecnica Regionale Ginnastica per Tutti FGI / Collaboratrice settore “Scuola” FGI
- Emanuela Paterno – Dott.a in Scienze Motorie – Laurea Specialistica in Scienze Tecniche dello Sport – National Gym Trainer – Giudice Nazionale di Ginnastica Aerobica e Ginnastica per tutti.

## PROGRAMMA

- Ginnastica aerobica :Programmi tecnici proposti dal MIUR per la scuola secondaria di 1° e 2° grado
- Step : programmi tecnici proposti dal MIUR per la scuola secondaria di 2° grado
- Passi basi aerobica
- Combinazione e variazione dei passi base: HI-low impact
- Criteri per la costruzione di una routine di ginnastica aerobica
- Struttura di una lezione: esempi di combinazione passi-base –
- Hi-low impact: differenze e criteri di approccio metodologici - palestra
- Educazione al ritmo – scelte musicali –
- Costruzione di una coreografia : approcci metodologici
- Variazione di stile : hip-hop -
- Step: utilizzo dell'attrezzo, passi base – routine
- Programmi tecnici della Federazione Ginnastica: 5.6.7..eight
- Rapporto di collaborazione tra i Comitati Regionali e Provinciali della FGI, il CONI e il mondo della scuola -
- Proposte di manifestazioni europee ed internazionali: programmi tecnici e modalità di partecipazione delle istituzioni scolastiche.

## INFORMAZIONI

### Federazione Ginnastica d'Italia

Palazzo delle Federazioni Sportive

Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma

tel. 06.87975030

e-mail: [info@federginnastica.it](mailto:info@federginnastica.it)