

PIANO DI STUDI E SCHEDE DEL TIROCINIO PER IL TECNICO REGIONALE



A cura di Claudio Scotton

Centro Didattico e Ricerche CeDiR – FGI

Gherardo TECCHI	Presidente Federazione Ginnastica d'Italia
Valter PERONI	VicePresidente Vicario
	Responsabile CeDiR
Roberto PENTRELLA	Segretario Generale

Giuseppe COCCIARO	DTN GAM / TE
Enrico CASELLA	DTN GAF
Emanuela MACCARANI	DTN GR
Luisa RIGHETTI	DTN AER
Emiliana POLINI	DTN GPT
Roberto CARMINUCCI	DTN SF
Claudio SCOTTON	Direttore CeDiR

PIANO DI STUDI E SCHEDE TIROCINIO

CURATELA e Progetto Editoriale Claudio SCOTTON

Elaborazione Piano di Studi

Parte Generale	Claudio Scotton
GAM	Giovanni Macchi
GAF	Giorgio Colombo
GR	Marina Piazza, Donatella Lazzeri
TE	Luigi Meda
AER	Cristiana D'Anna
GPT	Emiliana Polini
SF	Roberto Carminucci
Impaginazione	Claudio Scotton, Maria Luisa Ruspi

Sommario

Presentazione del Presidente FGI.....	V
Prefazione del Responsabile CeDiR.....	VII
Introduzione del Direttore CeDiR.....	IX
Regolamento e Disposizioni su Tabelle.....	XI
Prospetto Orario Corsi di Formazione CeDiR.....	XIII
Acquisizione Crediti Formativi.....	XV
Completamento e Equivalenze Formazione.....	XVII
Tabella Agevolazioni Azzurri Senior.....	XXI
Organigramma CeDiR.....	XXIII
Referenti Nazionali della Formazione di Sezione.....	XXV
Referenti Regionali della Formazione.....	XXV
Formatori Regionali.....	XXVII
Esperti Didattici di Sezione.....	XXIX
Team Manager.....	XXXVII
Piano di Studi e Bibliografia - Parte Generale.....	MG 1
Piano di Studi, Bibliografia e Schede Tirocinio - Ginnastica Artistica Maschile.....	GAM 1
Piano di Studi, Bibliografia e Schede Tirocinio - Ginnastica Artistica Femminile.....	GAF 1
Piano di Studi, Bibliografia e Schede Tirocinio - Ginnastica Ritmica.....	GR 1
Piano di Studi, Bibliografia e Schede Tirocinio - Trampolino Elastico.....	TE 1
Piano di Studi, Bibliografia e Schede Tirocinio - Aerobica.....	AER 1
Piano di Studi, Bibliografia e Schede Tirocinio - Ginnastica per Tutti.....	GpT 1
Qualifiche - Salute e Fitness.....	SF 1

Presentazione del Presidente FGI

Gherardo Tecchi

Il prossimo anno la Federazione Ginnastica d'Italia, la più antica fra le Federazioni italiane, compirà 150 anni. Corre infatti il 1869 quando a Venezia viene costituita la prima associazione nazionale che si occupa di sviluppare la ginnastica nelle diverse forme allora praticate.

Addirittura, grazie alla Reale Società Ginnastica di Torino, fondata nel 1844, viene avviato il primo corso per maestri di ginnastica; da ciò si evince che fin dai primordi della FGI fra gli scopi principali vi era l'elevazione della Cultura sportiva concorrendo alla formazione dei propri associati e del popolo italiano. Appunto, Formazione!

In questo quadriennio la Federginnastica porrà particolare attenzione a questo delicato settore che coinvolge tutte le nostre Sezioni.

La Direzione del Centro Didattico e Ricerche - CeDiR è stata affidata a Claudio Scotton, mente innovatrice e braccio operativo del progetto federale che gode dell'azione politica del Responsabile del CeDiR, il VPV Valter Peroni, esperto conoscitore della macchina Federale.

In questa cruciale attività determinante è il supporto dei DDTNN e di tutti gli attori della Formazione coinvolti a vario titolo.

Questi primi quattro Quaderni della Ginnastica, ideatore e curatore Scotton, che ringrazio, risultano pertanto fondamentali per strutturare il progetto tecnico-didattico Federale.

Ad Maiora semper!

Roma, 16 novembre 2018

Prefazione del Responsabile CeDiR

Valter Peroni

La "formazione" è l'ambito strategico di tutti i settori umani. Anche per la Federazione Ginnastica d'Italia è settore fondamentale per la crescita della cultura ginnastica e della "Scuola italiana di ginnastica".

Da tempo era sentita la necessità di adeguare alle esigenze più moderne e alle richieste della base tecnica l'organizzazione della formazione dei quadri tecnici per i quattro livelli su cui si basa la struttura federale.

Il dialogo costante con gli operatori dei settori specifici ha consentito la rivisitazione del Regolamento QT e l'ampliamento della formazione di area specialistica per ciascuna sezione di attività della FGI.

L'inserimento del tirocinio obbligatorio per ciascun livello tecnico è il secondo caposaldo su cui si basa questa trasformazione della qualità formativa.

Resta da completare il lavoro dei contenuti specifici che i nostri validi referenti formativi di sezione in collaborazione con i rispettivi DTN stanno sviluppando e presto si potranno già avere elaborati utili ai giovani tecnici in formazione.

Nel prossimo biennio 2019/20 saranno completati tutti gli aspetti formativi di cui sopra, non ultimo anche quelli relativi alla giovane sezione di Salute e Fitness.

Grazie al lavoro del Direttore del CeDiR Claudio Scotton ed al suo staff che con infaticabile lena da quasi due anni stanno sviluppando il settore.

Introduzione del Direttore CeDiR

Claudio Scotton

La FGI ha rinnovato il management didattico per i propri Tecnici - oltre 6.000 - al fine di assurgere sempre più a modello di Cultura Sportiva, giungendo a regime ad una strutturazione di un originale progetto *Formativo Nazionale*.

Il nuovo Regolamento dei Quadri Tecnici consente di implementare la Formazione, elevandone la qualità, incrementando il numero di crediti per i 4 livelli SNaQ, introducendo il tirocinio obbligatorio, riconoscendo i titoli accademici ottenuti dagli aspiranti tecnici presso i corsi di Scienze motorie e strutturando l'aggiornamento permanente anche in collaborazione con la Scuola dello Sport del CONI.

Nell'ottica di standardizzare la *Formazione Nazionale*, validandola per tutte le Regioni, il Centro Didattico e Ricerche-CeDiR, accogliendo la progettazione tecnica auspicata dai DTN delle 7 sezioni e coinvolgendo competenti risorse umane esperte, ha curato il nuovo programma didattico per i diversi livelli Tecnici.

Ciò ha richiesto di elaborare un progetto editoriale in fieri che produrrà anche la realizzazione di testi didattici relativi alle conoscenze degli aspetti tecnici specifici delle diverse sezioni, predisponendo o aggiornando il materiale didattico disponibile per creare una Collana editoriale sulla Ginnastica, colmando un vuoto didattico oggi esistente.

Questi primi quattro Quaderni della Ginnastica sono riferiti ai Piani di studio, alla Bibliografia, alle Schede per il Tirocinio e agli Alpha test rivolti ai Tecnici Societari-TS e Tecnici Regionali-TR. Risulta in gestazione quello indirizzato ai Tecnici Federali-TF.

Molto rimane ancora da fare nel biennio 2019/2020 che vedrà anche lo sviluppo della Ricerca, punto fondante la Formazione, che caratterizza l'attuale aggiornata denominazione del CeDiR.

Vorrei rimarcare, tuttavia, che solo con la disponibilità e col coinvolgimento dei principali attori delle 7 sezioni sarà possibile sostenere e accrescere questo delicato settore della Federginnastica.

Desidero ringraziare il Presidente Cav. Gherardo Tecchi e il Consiglio Direttivo Federale tutto per la fiducia accordatami nell'assegnarmi per il corrente quadriennio la guida e lo sviluppo del delicato e cruciale settore della Formazione, aderente al Sistema Nazionale delle Qualifiche - SNaQ del CONI.

Un pensiero a chi ha fattivamente collaborato alla realizzazione delle linee programmatiche del progetto il Vice Presidente Vicario Valter Peroni, il Segretario, e i Collaboratori del CeDiR, Franco Pistecchia, Mauro Simonetti (per il 2017) e Maria Luisa Ruspi (dal 2018), preziosa risorsa.

Regolamento e Disposizioni su Tabelle

Il testo di riferimento per l'attivazione del Progetto Formativo Federale è il Regolamento dei Quadri Tecnici. Tuttavia, sono state predisposte alcune tabelle per una rapida consultazione.

Prospetto Orario Corsi di Formazione CeDiR

(Regolamento Quadri Tecnici FGI, approvato da G.N. CONI
con delibera n. 220 del 31-5-2017)

QUALIFICA FGI	MODULI GENERALI	MODULI SPECIFICI RIFERITI ALLE SEZIONI	MASTER REGIONALI	MASTER NAZIONALI	CREDITI FORMATIVI DI ABILITA' (ESPERIENZE)	CREDITI TOTALI	CREDITI AL MOMENTO DELLA QUALIFICA	TOT ORE PRESENZA	TOT ORE DI STUDIO PERSONALE	TOT ORE DI FORMAZIONE
 TECNICO SOCIETARIO TS	(30 ORE) 3 MODULI CIASCUNO DI 10 ORE	(40 ORE) 4 MODULI CIASCUNO DI 10 ORE			ALMENO 24 ORE DI TIROCINIO EFFETTIVO (1 CFa) + 2 CFa	10	10	94	146	240
 TECNICO REGIONALE TR	(20 ORE) 2 MODULI CIASCUNO DI 10 ORE	(40 ORE) 4 MODULI CIASCUNO DI 10 ORE	(30 ORE) 3 MASTER CIASCUNO DI 10 ORE		ALMENO 24 ORE DI TIROCINIO EFFETTIVO (1 CFa) + 2 CFa	12	22	114	174	288 (528)
 TECNICO FEDERALE TF	(20 ORE) 2 MODULI CIASCUNO DI 10 ORE	(40 ORE) 4 MODULI CIASCUNO DI 10 ORE		(30 ORE) 3 MASTER CIASCUNO DI 10 ORE DI CUI 1 SPECIFICO DI SEZIONE O DI AREA TECNICA	ALMENO 24 ORE DI TIROCINIO EFFETTIVO (1 CFa) + 2 CFa	12	34	114	174	288 (816)
 TECNICO NAZIONALE TN		(160 ORE) 16 MODULI CIASCUNO DI MAX 10 ORE		(40 ORE) 4 MASTER CIASCUNO DI 10 ORE DI CUI 3 SPECIFICI DI SEZIONE O DI AREA TECNICA	ALMENO 24 ORE DI TIROCINIO EFFETTIVO (1 CFa) + 2 CFa	23	57	224	328	552 (1368)
PREPARATORE FISICO SPECIFICO PFS	(60 ORE) 6 MODULI CIASCUNO DI 10 ORE				48 ORE DI TIROCINIO EFFETTIVO	8	42(*)	108	84	192

(*) Tecnico Federale o Laurea in Scienze motorie o PF-FGI o Esperto PF-CONI

Acquisizione Crediti Formativi

Tabella Riassuntiva per l'acquisizione di crediti formativi validi per conseguire la Qualifica tecnica federale, l'Abilitazione, il Credito Formativo di abilità (Esperienza)

PER CONSEGUIRE LA QUALIFICA DI	QUALIFICA DI ACCESSO	PER L'ESAME DEVE ESSERE IN POSSESSO DI	ABILITAZIONE PER TR-TF-TN <u>NON</u> IMPEGNATI IN COMPETIZIONI	ABILITAZIONE PER TR-TF-TN IMPEGNATI IN COMPETIZIONI
★ TECNICO SOCIETARIO TS	TESSERATO MAGGIORENNE ASPIRANTE TS O ATLETA ASPIRANTE TS	✓ MG 1-2-3 ✓ MS 1-2-3-4 ✓ 24 ORE TIROCINIO (1 CFa) + 2 CFa	NON RICHIESTA	NON RICHIESTA
★ ★ TECNICO REGIONALE TR	TECNICO SOCIETARIO TS	✓ MG 4-5 ✓ MS 5-6-7-8 ✓ 3 MR (S/AT/PG) ✓ 24 ORE TIROCINIO (1 CFa) + 2 CFa	↑ 1 MN OGNI ANNO S/AT/PG ↓	↑ 2 MN OGNI QUADRIENNIO S/AT ↓
★ ★ ★ TECNICO FEDERALE TF	TECNICO REGIONALE TR	✓ MG 6-7 ✓ MS 9-10-11-12 ✓ 3 MN (ALMENO 1 S/AT, 2 S/AT/PG) ✓ 24 ORE TIROCINIO (1 CFa) + 2 CFa		
★ ★ ★ ★ TECNICO NAZIONALE TN	TECNICO FEDERALE TF	✓ MS DAL 13 AL 28 ✓ 4 MN (3 S, 1 S/AT/PG) ✓ 24 ORE TIROCINIO (1 CFa) + 2 CFa		

Legenda:

MG = MODULO GENERALE

MR = MASTER REGIONALE

MS = MODULO SPECIFICO

MN = MASTER NAZIONALE

S = DI SEZIONE

AT = DI AREA TECNICA

PG = DI PARTE GENERALE

CFa = CREDITO FORMATIVO DI ABILITA'

L'Abilitazione ottenuta per una determinata Sezione è valida per le discipline della stessa Area Tecnica:

AT Artistico acrobatica = GAM-GAF-TE AT Artistico espressiva = GR-AER AT Benessere = SF-GPT

Le "Attività Competitive" prevedono due settori di attività: "Settore Gold" rivolto a chi aspira all'attività di alto livello e "Settore Silver" rivolto a tutti gli altri.

Le "Attività NON Competitive" comprendono la sezione "Ginnastica per Tutti" e "Salute e Fitness". Per queste attività il tecnico rinnova automaticamente l'Abilitazione per l'anno sportivo successivo (non dovrà partecipare a MN per mantenere l'abilitazione).

Il Tecnico di qualsiasi Livello all'atto del ritiro dell'Attestato di partecipazione ad un Master deve dichiarare alla Segreteria organizzativa che rilascia il documento il Livello tecnico e se la partecipazione sia per ottenere la Qualifica, l'Abilitazione, il CFa.

Se il Tecnico di qualsiasi Livello dichiara di partecipare al MR o MN, indifferentemente di tipologia S/AT/PG, per ottenere il CFa, gli viene riconosciuto 0,5 CFa (pari a 12 ore). In tal caso la partecipazione al MR o MN non vale per l'Abilitazione o per il futuro percorso formativo da TR/TF/TN.

Nel caso di presenza a MR o MN di PG, se il Tecnico dichiara nell'iscrizione di parteciparvi per acquisire 0,5 CFa, potrà avvalersene per tutte le Sezioni.

Il TR/TF/TN, impegnato in attività competitive, che consegue la qualifica a partire dal terzo anno del quadriennio olimpico (2019, 2023, ecc.) può NON partecipare a MN per rinnovare l'Abilitazione.

I MN frequentati dai TR, anche prima dell'entrata in vigore del nuovo Regolamento dei Quadri Tecnici, 31/05/2017, possono essere utilizzati per la qualifica di TF o come CFa. Non per l'Abilitazione.

Il TR, impegnato in attività competitiva, che completa il percorso da TF entro il 31/12/2020, NON deve seguire anche i 2 MN previsti per l'Abilitazione. Qualora lo avesse fatto, verranno conteggiati come CFa.

Il TR, non impegnato in attività competitiva, che completa il percorso da TF entro il 31/12/2020, deve seguire anche 1 MN all'anno previsti per l'Abilitazione.

Completamento e Equivalenze Formazione

vecchi Regolamenti - Disposizioni / nuovo Regolamento

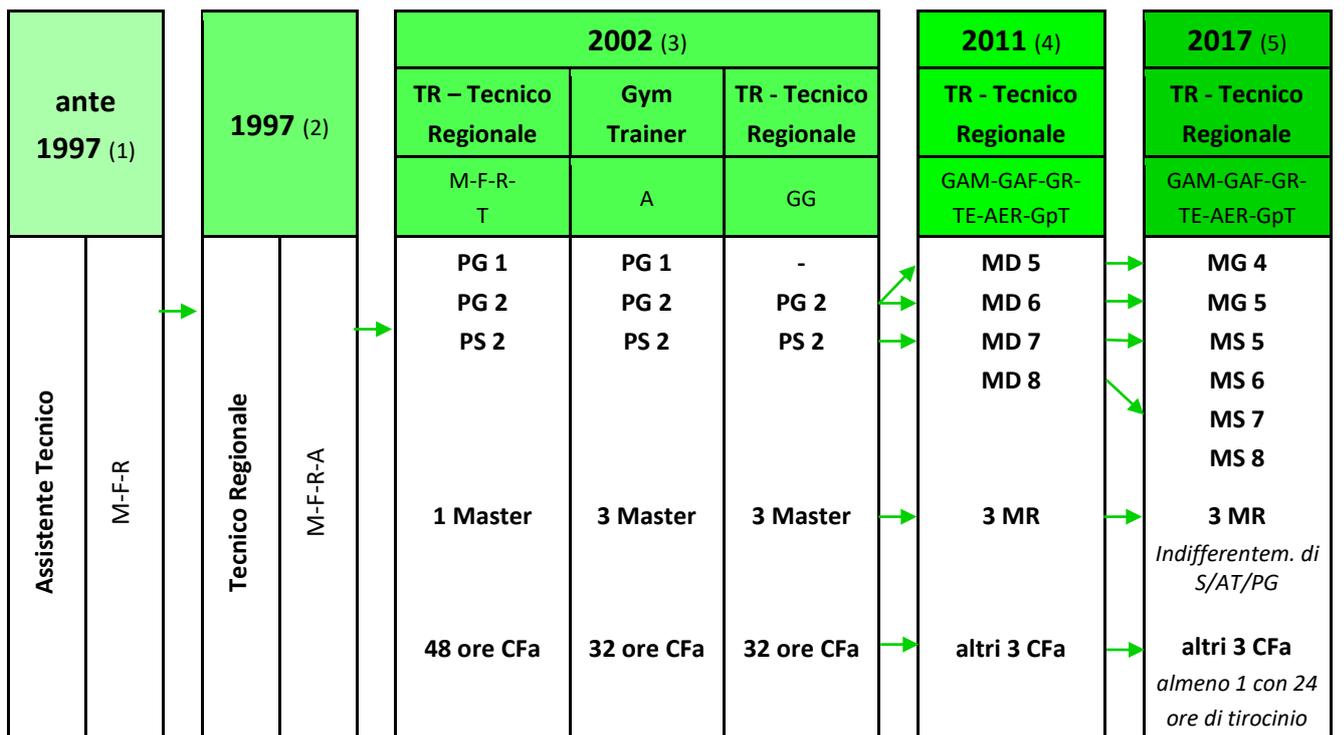
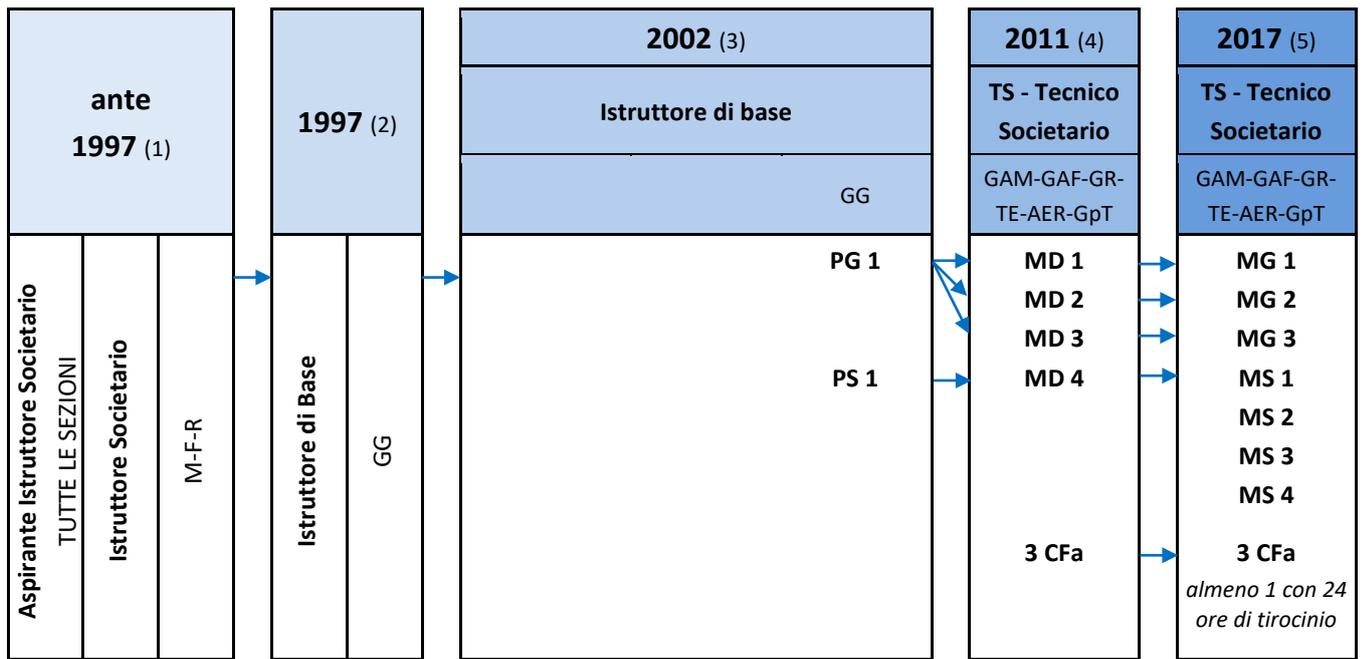
(La tabella è esplicativa, NON sostituisce i Regolamenti)

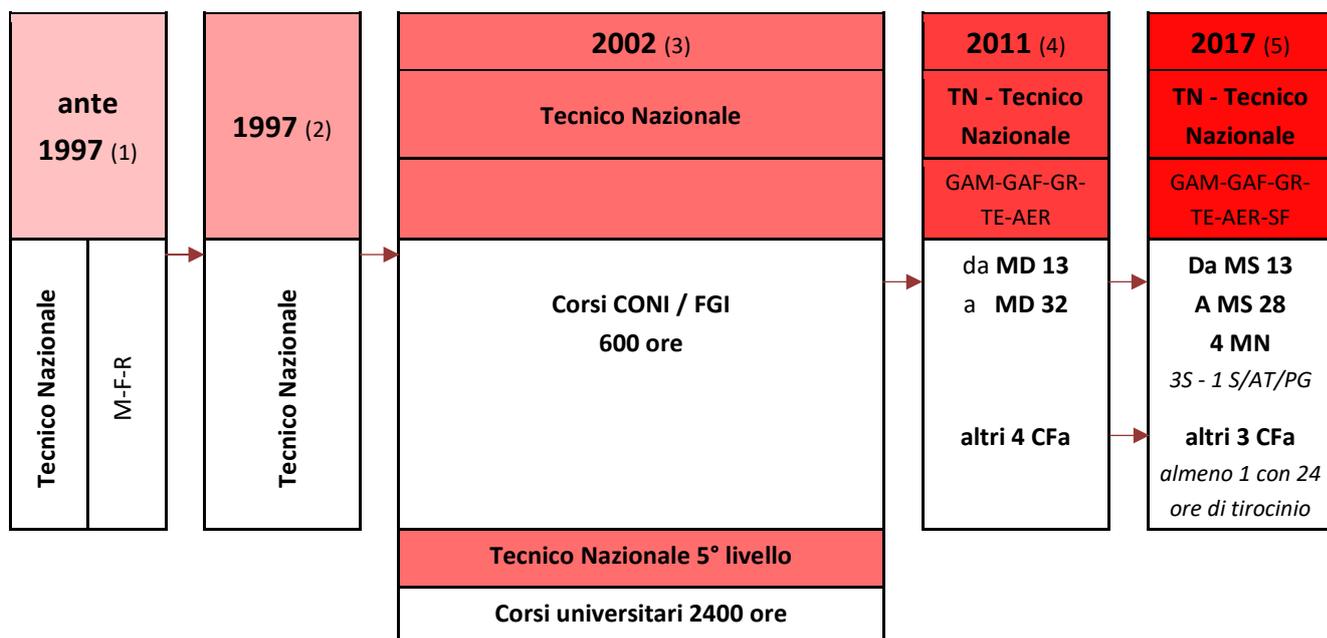
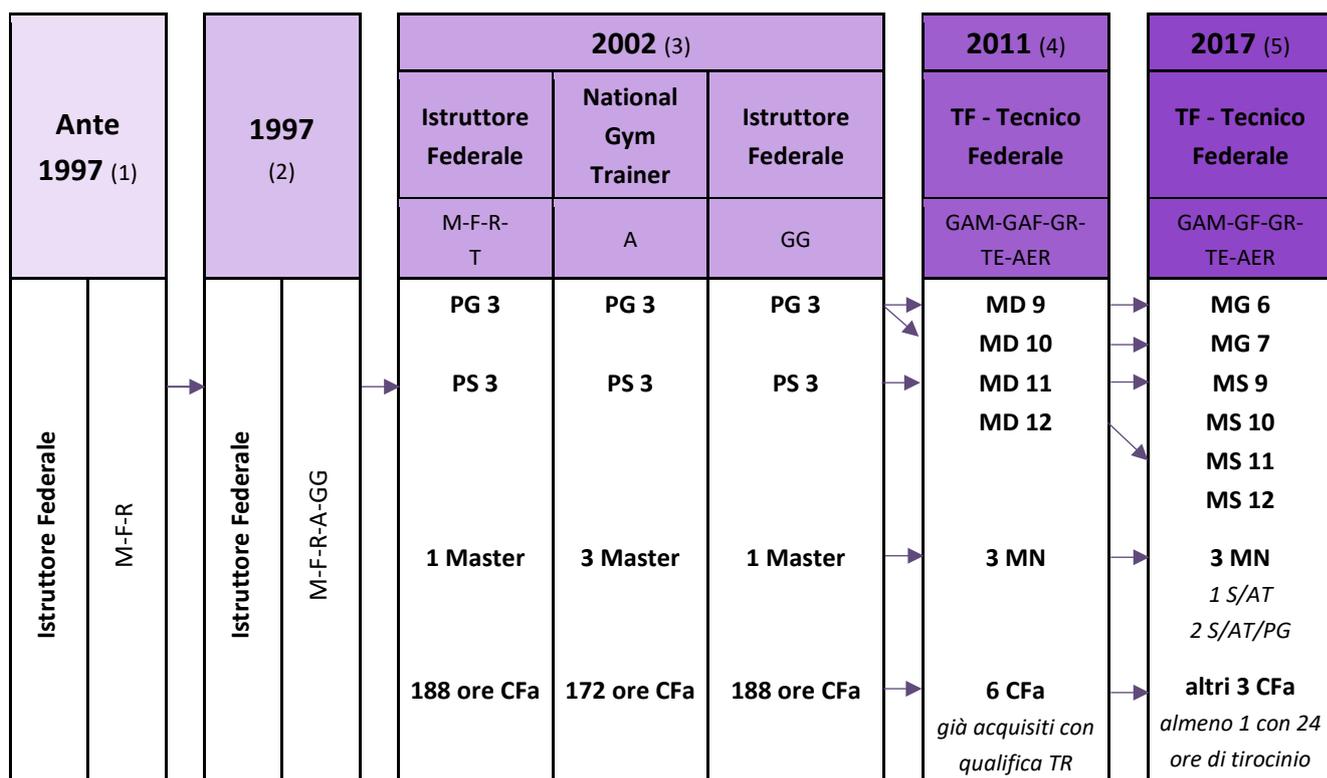
La tabella indica la corrispondenza delle Qualifiche Tecniche ottenute e dei Moduli Didattici frequentati dai tesserati FGI da prima del 1997 ad oggi.

Il tecnico che non avesse completato il percorso formativo prima del 31.01.2018 deve frequentare i Moduli Didattici, i Master e certificare i Crediti Formativi di abilità mancanti.

*MD = Modulo Didattico, MG = Modulo Generale, MS = Modulo Specifico, MR = Master Regionale, MN = Master Nazionale
CFa = Credito Formativo abilità, S = Sezione, AT = Area Tecnica, PG = Parte Generale, PS = Parte Specialistica*

- Si può iniziare il percorso compiuti 18 anni, quello TR se superato l'esame TS, quello TF se superato l'esame TR.
- I Moduli frequentati ante 31/05/2017 vengono convalidati al compimento della maggiore età.
- I Moduli MG/MS, Tirocini, MR hanno validità anche se seguiti presso altri CR oltre a quello di appartenenza.
- I Moduli MG sono comuni a tutte le sezioni e possono essere seguiti anche non in sequenza, ad eccezione dei MG6 e MG7 che vanno seguiti in sequenza. I Moduli MS sono specifici per ogni sezione e vanno seguiti in sequenza.
- I CFa non sono cumulabili (i Crediti utilizzati per la qualifica TS non valgono per TR e così via).
- Le disposizioni 2002 attribuivano al CFa un valore orario pari a 32 e non 24.
- La partecipazione a MN o l'acquisizione di CFa in misura inferiore vanno pareggiati in fase di equivalenza.



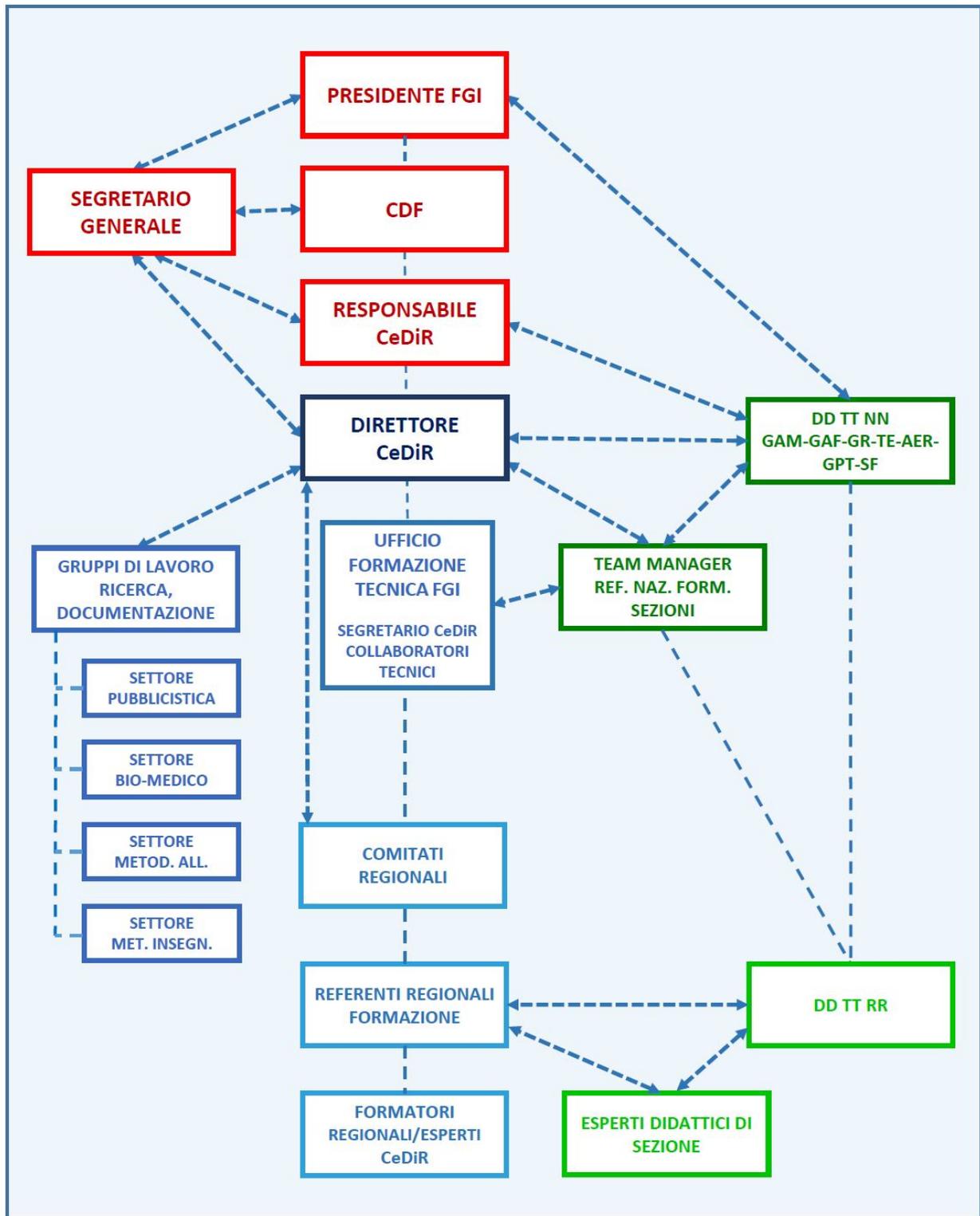


- (1) Guida al piano di studio per la formazione dei quadri tecnici federali (ante 1997), a cura del Centro Didattico Nazionale FGI
- (2) Guida al piano di studio per la formazione dei quadri tecnici federali (1997), a cura della Divisione Attività Didattica FGI
- (3) Guida al nuovo piano di formazione dei quadri tecnici (25/10/2002), FGI
- (4) Regolamento Quadri Tecnici FGI, 1/3/2011
- (5) Regolamento Quadri Tecnici FGI, 31/5/2017

Tabella Agevolazioni Azzurri Senior

PER CONSEGUIRE LA QUALIFICA DI	QUALIFICA DI ACCESSO	QUOTA DI ISCRIZIONE	Cfa (ESPERIENZE)	FREQUENZA MODULI	PARTECIPAZIONE TIROCINIO	SESSIONI SPECIALI E RISERVATE
★ TECNICO SOCIETARIO TS	TESSERATO MAGGIORENNE ASPIRANTE TS O ATLETA ASPIRANTE TS	ESENZIONE TOTALE DELLA QUOTA DI ISCRIZIONE PER:	❖	ESENZIONE DELLA FREQUENZA DEI ✓ MS ✓ MR	◆	SESSIONI SPECIALI E RISERVATE PER ✓ MG ✓ ESAMI (RICHIESTA DA INVIARE AL COMITATO REGIONALE)
★ ★ TECNICO REGIONALE TR	TECNICO SOCIETARIO TS	✓ MG ✓ MS ✓ MR / MN ✓ ESAMI				
★ ★ ★ TECNICO FEDERALE TF	TECNICO REGIONALE TR	DELLA SEZIONE DI APPARTENENZA DELLA SQUADRA NAZIONALE SENIOR	★	E' PREVISTA LA FREQUENZA DEI ✓ MG ✓ MS ✓ MN	◆	SESSIONI SPECIALI E RISERVATE PER ✓ ESAMI (RICHIESTA DA INVIARE A FGI)
★ ★ ★ ★ TECNICO NAZIONALE TN	TECNICO FEDERALE TF	E' PREVISTO IL PAGAMENTO	★	E' PREVISTA LA FREQUENZA DEI ✓ MS ✓ MN	◆	NON SONO PREVISTE SESSIONI SPECIALI E RISERVATE
<p>MG = Modulo Generale, MS = Modulo Specifico, MR = Master Regionale, MN = Master Nazionale Cfa = Credito Formativo abilità</p>						
<p>LE AGEVOLAZIONI SONO VALIDE NELLE RISPETTIVE SEZIONI PER LE QUALI GLI ATLETI SONO STATI COMPONENTI DELLA SQUADRA NAZIONALE SENIOR</p>						
<p>CREDITI FORMATIVI DI ABILITA':</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ RICONOSCIUTI ★ RICONOSCIUTI SE L'ATLETA HA PARTECIPATO A EUROPEI, MONDIALI, OLIMPIADI 						
<p>PARTECIPAZIONE TIROCINIO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ E' PREVISTA LA FREQUENZA 						

Organigramma CeDiR



Referenti Nazionali della Formazione di Sezione

GAM	MACCHI GIOVANNI
GAF	COLOMBO GIORGIO
GR	LAZZERI DONATELLA
TE	MEDA LUIGI
AER	D'ANNA CRISTIANA
GPT	DTN POLINI EMILIANA
SF	DTN CARMINUCCI ROBERTO

Referenti Regionali della Formazione

C. R. ABRUZZO	BENNATI MARIA GRAZIELLA
D.P. BOLZANO	ZOTTI VERONICA
C. R. CALABRIA	ROTUNDO DANILO
C. R. CAMPANIA	LEONARDI VITO
C. R. EMILIA ROMAGNA	RUSPI MARIA LUISA
C. R. FRIULI V. G.	TROBEC EDOARDO
C. R. LAZIO	BONFIGLIO MATTEO
C.R. LIGURIA	PRANDI ENRICO
C. R. LOMBARDIA	CIACCIA GIULIA
C. R. MARCHE	STABILE OSCAR
DEL. MOLISE	CAMPANELLA EMIDIO
CC.RR. PIEMONTE e VALLE D'AOSTA	NUZZO MARTINA
CC. RR. PUGLIA e BASILICATA	SEMITAIO GIANLUCA
C.R. SARDEGNA	VECCHIO TIZIANA
C. R. SICILIA	URZI' GIOVANNA CATENA
C. R. TOSCANA	LAZZERI DONATELLA
D.P. TRENTO	ad interim il DELEGATO
C.R. UMBRIA	RASTELLI TERDELINDA
C.R. VENETO	COSTA NICOLA

Formatori Regionali

Parte Generale

C.R. ABRUZZO	BENNATI M. GRAZIELLA
	CENTI PIZZUTILLI DANIELE
	SCORRANO ALESSANDRO
	SIMEONI CLAUDIA
	VIANELLO GIANNI
C.R. BASILICATA	MONTEMURRO VINCENZO
D.P. BOLZANO	MIHALICH MONIKA
	ZOTTI VERONICA
C.R. CALABRIA	ROTUNDO DANILO
C.R. CAMPANIA	BELLANTONIO SERGIO
	CASTALDO ALDO
	D'ANNA CRISTIANA
	DEL PEZZO MARINA
	LAUDADIO STEFANO
	LEONE LILIANA
	MIRIANI CIRILLO
PORICELLI ANNA	
C.R. EMILIA ROMAGNA	RICCI PICCILONI GRETA
	RUSPI MARIA LUISA
	VALENTINI VALENTINA
	ZACCARIA ANDREA
C.R. FRIULI V.G.	BEVILACQUA CLARA
	CISILINO RICCARDO
	LONGO VERONICA
	TROBEC EDOARDO
C.R. MARCHE	PALLOTTA RICCARDO
	PRETI CRISTIANA
	RUBERTO VALENTINA
	SCALBI LAURA
	STABILE OSCAR
C.R. LAZIO	APPIANA MARINA
	BONFIGLIO MATTEO
	LATERZA ESPEDITO
	LISO MIRIANA
	MACEROLA SARA
	MARZOLI FEDERICA
PESCI FEDERICO	
C.R. LIGURIA	ANGELINO GIULIA
	PATANE' ELISA
	PONTIERI MARINA
	PRANDI ENRICO M.
	ROVERE ALBERTO
SCOTTON ALIZE'	

Formatori Regionali

Parte Generale

C.R. LOMBARDIA	BONFANTI LUCA
	BRANCACCIO MARCELLO
	BRIVIO NADIA
	CAMICIOTTI GIACOMO
	CATALDO DANIELA
	CIACCIA GIULIA
	FARINA ALESSANDRA
	MIGLIORE FRANCESCA
	TOLOMINI DANIELE
C.C.RR. PIEMONTE e VALLE D'AOSTA	ARATO VERONICA
	EVANGELISTA PAOLO
	FERRARI ANDREA
	FRANCESCON GIORGIA
	MANTOVAN ALESSANDRO
	NEBIOLO SIMONA
	NUZZO MARTINA
	TANCREDI ELEONORA
	VIVIANO GIULIA
C.R. PUGLIA	MARSEGLIA ANTONIA
	OCCHILUPO KATIA
	SEMITAIO G. LUCA
C.R. SICILIA	GALASSI CLAUDIA
	URZI' GIOVANNA
C.R. SARDEGNA	VECCHIO TIZIANA
	ZINGARO GIULIA
C.R. TOSCANA	BONGIORNI MARIANNA
	DE CORSO LUCIANA
	LAZZERI DONATELLA
	LETI IRENE
C.R. UMBRIA	MASSETANI MATTEO
	ANGELELLI FABIO
	ARGENTIERO CAROLINA
	BRAGONI IRENE
	MARIANI ROBERTA
	MARINELLI SILVIA
C.R. VENETO	RASTELLI TERDELINDA
	BONOMI ELISA
	CAMPORESE MATTEO
	COSTA NICOLA
	DANNESIN LUCA
POJER LAURA	

Esperti Didattici di Sezione

Ginnastica Artistica Maschile

RNF	MACCHI GIOVANNI
C.R. ABRUZZO	SCORRANO ALESSANDRO
C.R. CALABRIA	FRASCATI SALVATORE
C.R. CAMPANIA	GALASSO SALVATORE
	RADMILOVICH ANGELO
	VILLAPIANO MASSIMILIANO
C.R. EMILIA ROMAGNA	ANCESCHI ANDREA
	BARBIERI MARCELLO
	MARCHETTI CESARE
	PASQUALI CLAUDIO
C.R. FRIULI V.G.	DE GRANDI ENRICO
	D'ESTE ROBERTO
	MEZZETTI FABRIZIO
C.R. LAZIO	DE DOMINICIS ALESSANDRO
	FEDELI FERDINANDO
	PES GIORGIO
C.R. LIGURIA	TRAVERSO FULVIO
C.R. LOMBARDIA	ATTANASIO LUIGI
	BANI TULLIO
	ZANARDI ALESSANDRO
C.R. MARCHE	FEDOZZI FABIO
	FORTUNA MARCO
	PEROLI LUIGI
CC.RR. PIEMONTE e VALLE D'AOSTA	LAMBORIZIO ANDREA
C.R. PUGLIA	DE BENEDICTIS NICOLA
	MARTINA SAVERIO
C.R. SARDEGNA	CAMBA RICCARDO
	TUMBARINI ANDREA
C.R. SICILIA	LUPO MARIO
	NICOTRA GIANNI
C.R. TOSCANA	GHILARDUCCI DAVID
	MARCHETTI MARCO
C.R. UMBRIA	BRAGONI IRENE
	CEGLIONI ALESSANDRO
	LO VOI GIORGIO
C.R. VENETO	COSTA NICOLA
	SCHIAVO FRANCESCO
	TOGNON MARCO

Esperti Didattici di Sezione Ginnastica Artistica Femminile

RNF	COLOMBO GIORGIO
D.P. BOLZANO	PRESUTTI ANTONIO
C.R. CALABRIA	BLOTTA LAURA
C.R. CAMPANIA	DE MARIA GIORGIO
	DEGLI UBERTI MONICA
	SAVARESE ALBERTO
C.R. EMILIA ROMAGNA	GATTI ELEONORA
	MELDOLI MARINA
C.R. FRIULI V. G.	KIRCHMAYER ROBERTA
	PECAR CAROLINA
C.R. LAZIO	BELTRAME VALERIA
	BONFIGLIO MATTEO
	PREZIOSA ELISABETTA
	UGOLINI CAMILLA
C.R. LIGURIA	SCARLINI VERONICA
	VILLANI STEFANIA
C.R. LOMBARDIA	BRIVIO NADIA
	CATTANEO STEFANO
	LEPORATI DANIELA
	SAMADELLO ANNA
	TONANI VALENTINA
C.R. MARCHE	KONYUKHOVA ELENA
	MONTAGNOLO LAURA
	PRINCIPI CHIARA
CC.RR. PIEMONTE e VALLE D'AOSTA	CORSATO ALESSIO
	GEMME ROBERTO
C.R. PUGLIA	PILIEGO LUIGI
	SPAGNOLO BARBARA
C.R. SARDEGNA	DERIU LUCA
	PUDDU VERONICA
C.R. SICILIA	BERESCU GINA
	FERULLO MAURIZIO
	MARCHESE ANGELA
C.R. TOSCANA	FRANCO SAMUEL
	ZARRI MICHELA
D.P. TRENTO	TRICKOVIC BANE
C.R. UMBRIA	ANGELELLI FABIO
	BAIOCCO PIETRO
	MARINELLI SILVIA
C.R. VENETO	ALBERTON ARIANNA
	ANELONI VIOLA
	CITTON GIORGIO
	FRANCIA MICHELA

Esperti Didattici di Sezione

Ginnastica Ritmica

RNF	LAZZERI DONATELLA
C.R. ABRUZZO	VALENTINIETTI DANIEZA
D.P. BOLZANO	BERNADAS SANDRA
	DELOGU PATRIZIA
	MIHALICH MONIKA
C.R. CALABRIA	CRIMI GIUSEPPINA
	DAVOLI MARIA LUISA
C.R. CAMPANIA	CALIFANO TIZIANA
	CIANCIO DANIELA
	IVANOVA ROSITSA
	LEONE LILIANA
	LIGUORI BARBARA
C.R. EMILIA ROMAGNA	RINALDI DANIELA
	GARIBOLDI FEDERICA
	GHETTI LIVIA
	GRAFFIEDI VALENTINA
C.R. FRIULI V. G.	RAVAIOLI SIMONA
	SICARI NADIA
	DEL BEN PAOLA
	LONGO CARLOTTA
C.R. LAZIO	PIGANO MAGDA
	CONTI MICHELA ANGELA
	IACOMINI LILIANA
	LADAVAS ELISABETTA
	PIFANO ANNA VERA
C.R. LIGURIA	ZUNINO REGGIO M. ISABELLA
	FINOTTI SERENA
	GIOVANNETTI NADIA
	LODI LAURA
C.R. LOMBARDIA	PAVERO STEFANIA
	ROTA MAURA
	BUZZETTI LAURA
	DI FORTUNATO ADALGISA
	LAZZARONI LAURA
C.R. MARCHE	SCAVAZZINI LAURA
	VERGANI DANIELA
	VEROTTA MARISA
DEL. MOLISE	BALDONI MIRNA
	FABI MONICA
	FIORAVANTI CHIARA
CC.RR. PIEMONTE e VALLE D'AOSTA	POLICELLA MARIA ANTONIETTA
	CAGLIANO GIANNA
	COLOGNESE TIZIANA
	DAL RIO SUSANNA
	MAZZUCCO DANIELA
	SHLEIKO ALINA

Esperti Didattici di Sezione

Ginnastica Ritmica

C.R. PUGLIA	ANCONA GIUSEPPINA
	CARRIERI MADDALENA
	LAPOMARDA SILVIA
	MARSANO SERENA
	NOCCO ALESSANDRA
C.R. SARDEGNA	STUFANO MARISA
	CANOSA FRANCESCA
	SARRITZU SILVIA
	TACCINI PATRIZIA
	C.R. SICILIA
RICCIARDI TIZIANA	
TORCHIA FRANCESCA	
C.R. TOSCANA	AGNOLUCCI EMANUELA
	DE CORSO LUCIANA
	LETI IRENE
D.P. TRENTO	PEDERZOLLI SARA
C.R. UMBRIA	BELLADONNA ALICE
	BOCCHINI LAURA
	LEONARDI ALESSIA
	PIETRANGELI EMANUELA
	RICCI GIULIA
C.R. VENETO	BALZARIN MELANIA
	BARIN JESSICA
	DANESIN LUCA

Esperti Didattici di Sezione

Trampolino Elastico

RNF	MEDA LUIGI
C.R. LAZIO	CERRONI TIZINA
C.R. LOMBARDIA	BELTRAMI FRANCESCA RIMOLDI RAMONA
C.R. MARCHE	GARINO LEONARDO GARINO ALESSANDRO
CC.RR. PIEMONTE e VALLE D'AOSTA	ARATO VERONICA
C.R. VENETO	GIRELLI ROBERTO

Esperti Didattici di Sezione

Aerobica

RNF	D'ANNA CRISTIANA
C.R. CALABRIA	BONACCORSO ANGELA
C.R. CAMPANIA	SCOTTO SIMONA
C.R. LAZIO	MACEROLA SARA MARSELLA GIOVANNI
C.R. LIGURIA	SCHIAFFINO FEDERICA
C.R. LOMBARDIA	BOTTI BARBARA CAPPAI GLORIA
C.R. MARCHE	LAZAROVA GALINA
DEL. MOLISE	PAIANO ANNARITA POLICELLA MARIA ANTONIETTA
CC.RR. PIEMONTE e VALLE D'AOSTA	DARONE MONICA LEGGIERO DANIELE
C.R. PUGLIA	CAFORIO ANTONIO IAIA VITO
C.R. SARDEGNA	NIEDDU MARINA
C.R. SICILIA	RIGGIO MARIA MOBILIA DOMENICO
C.R. TOSCANA	PERRETTI ELENA PERUGINI ERIKA
C.R. UMBRIA	ARGENTIERO CAROLINA RASTELLI TERDELINDA
C.R. VENETO	BISON VANESSA

Esperti Didattici di Sezione

Ginnastica per Tutti

RNF	DTN POLINI EMILIANA
C.R. ABRUZZO	CAVELLA RACHELE
C.R. BASILICATA	MOLINARI GIOVANNINA
C.R. CALABRIA	POLITI BEATRICE SCARPINO MIRIAM
C.R. CAMPANIA	BONI ELISABETTA CIANCIO VALERIA DELLABRUNA DANIELA
C.R. EMILIA ROMAGNA	ZACCARIA ANDREA
C. R. FRIULI V. G.	PADOVAN ORNELLA
C.R. LAZIO	BISCIAIO MARCO MEZZETTI ROMANO PENNESI CINZIA RICCI PAOLO
C.R. LIGURIA	LUIGINI SERENELLA
C.R. LOMBARDIA	GAGLIARDI LAURA LUZZARA GABRIELLA
C.R. MARCHE	SANTONI FRANCESCA
DEL. MOLISE	FONDACARO SONIA
C.R. PIEMONTE V A	ETERNO DONATELLA NUZZO MARTINA PATERNO EMANUELA
C.R. PUGLIA	MARTUCCI MARIANGELA NATALICCHIO PIETRO ODORINO ANGELA
C.R. SICILIA	COSENZA CARMELA YLENIA MICCICHE' VALTER
C.R. TOSCANA	ROSI CATIA
C.R. UMBRIA	ROSCINI VERONICA
C.R. VENETO	VOLPATO STEFANIA

Esperti Didattici di Sezione

Salute e Fitness

RNF	DTN CARMINUCCI ROBERTO
C.R. CAMPANIA	POLINI EMILIANA
C.R. LAZIO	BISCIAIO MARCO
	CARMINUCCI ROBERTO
	FASSARI CLAUDIO
	LECIS GIOVANNA
	MEZZETTI ROMANO
	MONTANI FLAVIA
	PELLECCHIA DANIELE
	QUINCI MARIA LUISA
VILIGIARDI ALEXANDRO	
C.R. LOMBARDIA	VENTURELLI FRANCESCO
C.R. PIEMONTE	DARONE MONICA
	EVANGELISTA GIULIO
	EVANGELISTA PAOLO
C.R. PUGLIA	OCCHILUPO KATIA
	SEMITAIO GIANLUCA

Team Manager

GAM	FACCI ANDREA
GAF	CONTALDO MASSIMO
GR	PORFIRI PAOLA
TE	CITTON CAROLA
AER	MUZZI WALTER
GpT	GAGGIOLI FABIO
SF	DTN CARMINUCCI ROBERTO

Moduli Generali

I QUADERNI
DELLA
GINNASTICA



PIANO DI STUDI DEL TECNICO REGIONALE



FGI - Tecnico Regionale (TR)
Moduli Generali (MG)

MG4	UD15	Allenamento della Forza	180'	10 h
	UD16	Allenamento della Potenza	120'	
	UD17	Le Posizioni Statiche	60'	
	UD18	Stimoli Allenanti	120'	
		Question Time	120'	

MG5	UD19	La flessibilità	120'	10 h
	UD20	Allenamento Aerobico	120'	
	UD21	Allenamento della Resistenza Muscolare	120'	
	UD22	Lanci e Movimenti Acrobatici	120'	
		Question Time	120'	



BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Bellotti P., Matteucci E. (1999). Allenamento sportivo. Torino: UTET.
- De Castro P., Guida S., Sagone BM. (2004). Diciamolo chiaramente. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore.
- Wilmore JH., Costill DL. (2005). Fisiologia dell'esercizio fisico e dello sport. Perugia: Calzetti-Mariucci editori.
- AA.VV. (2012). Dispense per i moduli didattici 1-2-3-5-6. Roma: FGI-CDN.
- Scotton C., Ruspi ML., a cura di. (2018). Revisione bibliografica MG 1-2-3-4-5. Roma: FGI-CeDiR.

ALTRA BIBLIOGRAFIA

- La Torre A., a cura di. (2016). Allenare per vincere. Metodologia dell'allenamento sportivo. Roma: SDS Edizioni.
- Mantovani C., a cura di. (2016). Insegnare per allenare. Metodologia dell'insegnamento sportivo. Roma: SDS Edizioni.

SITOGRAFIA [11/10/2018]

- American College of Sports Medicine - Acsm. <http://www.acsm.org>
- Comité International Olympique - Cio. <http://www.olympic.org>
- Fédération Internationale de Gymnastique - Fig. <http://www.fig-gymnastics.com>
- Federazione Ginnastica d'Italia - Fgi. <http://www.federginnastica.it/formazione/centro-didattico-e-ricerche---cedir/materiale-didattico.html>
- Organizzazione Mondiale della Sanità - Oms. <http://www.euro.who.int>
- PubMed. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
- Sport Discus. www.sirc.ca/fr
- Servizio Bibliotecario Nazionale - Sbn. <http://www.sbn.it>
- SdS-Scuola dello sport. www.scuoladello sport.coni.it
- Società Italiana di Ginnastica Medica - Sigm. <http://www.sigm.it>
- Società Italiana di Scienze Motorie e Sportive - Sismes. <http://www.sismes.org>

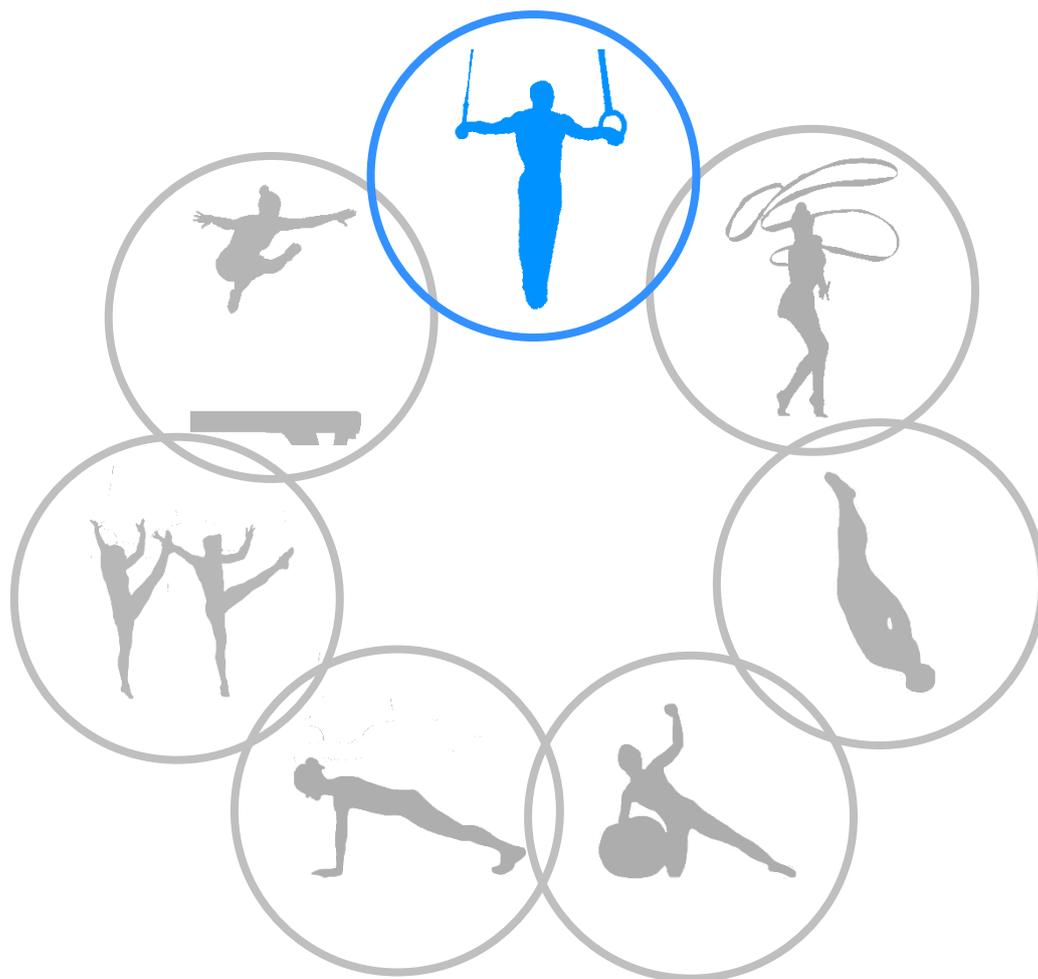
ALCUNE RIVISTE in lingua italiana

- Chinesiologia - www.unc.it
- Educazione fisica e sport nella scuola - www.fiefs.it
- GIPS Giornale Italiano della Psicologia dello Sport - <http://www.calzetti-mariucci.it/mediacenter>
- Medicina dello sport - <http://www.minervamedica.it/it/riviste/medicina-dello-sport>
- Movimento - <http://www.psicologiasportiva.it/libri/movimento.asp>
- Nuova Atletica - <http://www.nuovatletica.it>
- SDS- Scuola dello Sport - Rivista di cultura sportiva - <http://scuoladello sport.coni.it>
- SMOR - www.pacinimedica.it - info@pacinieditore.it
- Sport & Medicina - <http://www.eenet.it>
- Strength & Conditioning - <http://www.calzetti-mariucci.it>



Ginnastica
Artistica
Maschile

I QUADERNI
DELLA
GINNASTICA



PIANO DI STUDI E SCHEDE TIROCINIO
DEL
TECNICO REGIONALE

GAM - Tecnico Regionale (TR)

Moduli Specifici (MS)

	UD21	La figura professionale dell'allenatore	60'	
	UD22	L'allenamento specialistico nella ginnastica artistica GAM	180'	
	UD23	Riferimenti normativi e regolamenti funzionali all'attività attesa	60'	
MS5	UD24	Aspetti e riferimenti propedeutico-operativi specifici nella costruzione della componente acrobatica	120'	10 h
	UD25	Aspetti e riferimenti relativi alle moderne attrezzature propedeutiche e sistemi facilitanti	60'	
	UD26	Didattica Laboratoriale • <i>Esercitazioni relative all'applicazione ed allo sviluppo delle competenze specifiche</i>	120'	

	UD27	La figura professionale dell'allenatore	60'	
	UD28	Aspetti e riferimenti operativi specifici nella costruzione della preparazione fisica specialistica	120'	
	UD29	Aspetti e riferimenti operativi specifici nella costruzione artistica stilistica e coreografica GAM + studio verticali	120'	
MS6	UD30	Trampolino • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'	10 h
	UD31	L'allenamento specialistico nella ginnastica artistica - GAM	60'	
	UD32	Didattica Laboratoriale • <i>Esercitazioni relative all'applicazione ed allo sviluppo delle competenze specifiche</i>	120'	

GAM - Tecnico Regionale (TR)

Moduli Specifici (MS)

MS7	UD33	Corpo Libero • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	180'	10 h
	UD34	Cavallo CM • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'	
	UD35	Anelli • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'	
	UD36	Trampolino • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	60'	
	UD37	Didattica Laboratoriale • <i>Esercitazioni relative all'applicazione ed allo sviluppo delle competenze specifiche</i>	120'	

MS8	UD38	Volteggio • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'	10 h
	UD39	Parallele • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	180'	
	UD40	Sbarra • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	180'	
	UD41	Didattica Laboratoriale • <i>Esercitazioni relative all'applicazione ed allo sviluppo delle competenze specifiche</i>	120'	

Bibliografia

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Zatsiorsky VM. (2012). Scienza e pratica dell'allenamento della forza. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Bellotti P., Matteucci E. (1999). Allenamento Sportivo. Torino: UTET.
- Weineck J. (2010). Biologia dello sport. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Schmidt RA., Lee TD. (2012). Controllo motorio e apprendimento. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Piccotti A. (2012). Elementi di ginnastica artistica. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Wilmore JH., Costill DL. (2005). Fisiologia dello Sport e dell'Esercizio fisico. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Monticelli M. (1984). Il mini trampolino elastico nella ginnastica artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Hahn E. (1986). L'allenamento infantile. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Weineck J. (2008). L'allenamento ottimale. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Batini G. (1988). Nozioni fondamentali di meccanica applicata alla ginnastica artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Gaverdovskij YK., Smolevskij VM. (1984). Organizzazione, programmazione, tecnica dell'allenamento nella ginnastica artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Bompà TO., Buzzichelli CA. (2016). Periodizzazione dell'allenamento sportivo. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Carli D., Di Giacomo GS. et al. (2013). Preparazione atletica e riabilitazione. Ed. Medico Scientifiche (volume collettaneo).
- Sands WA., et al. (2015). The science of gymnastics. Doha: Monè Jemni.

ALTRA BIBLIOGRAFIA

- Madella A., Cei A. et al. (1988). Metodologia dell'insegnamento sportivo. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Marella M. et al. (2018). Warm up & I moderni approcci all'allenamento (la metodologia della PAP). Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Carrasco R. (1988). Pedagogia des Agrés. Paris: Vigot Edition.
- Tortella M., Calidoni R., Tessaro F., Borgogni N. (2012). Favorire la pratica dell'attività motoria da 3 a 6 anni. Bologna: Minerva Edizioni.
- Invernici E. (2000). Gli aspetti del movimento in educazione fisica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Vailati F., Colombo C., Innocenti G. (2010). La preparazione fisica in Didattica Multimedia. Roma: FGI.

SITOGRAFIA [11/10/2018]

- American College of Sports Medicine – ACSM. <http://www.acsm.org>
- Comité International Olympique – CIO. <http://www.olympic.org>
- Fédération Internationale de Gymnastique – FIG. <http://www.fig-gymnastics.com>
- Federazione Ginnastica d'Italia – FGI. <http://www.federginnastica.it>
- SdS-Scuola dello Sport. www.scuoladelloSPORT.coni.it

Schede Tirocinio

Sulle pagine del sito [FGI>Formazione>Centro Didattico e Ricerche - CeDiR>Circolari Formazione e Normativa Tecnici>Normativa e tabelle](#) è pubblicata la circolare che indica le modalità di svolgimento del Tirocinio, presso quali strutture possa essere svolto e il riconoscimento dei Crediti Formativi di abilità per i Tutor del tirocinio.

Per la Sezione SF, in questa fase di strutturazione del percorso didattico formativo dei TS e TR, non è richiesta la partecipazione al tirocinio.

Ginnastica
Artistica
Femminile



PIANO DI STUDI E SCHEDE TIROCINIO
DEL
TECNICO REGIONALE

GAF- *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli Specifici (MS)

	UD22	La figura professionale dell'allenatore	60'
	UD23	L'allenamento specialistico nella ginnastica artistica GAF	180'
	UD24	Riferimenti normativi e regolamenti funzionali all'attività attesa	60'
MS5	UD25	Aspetti e riferimenti propedeutico-operativi specifici nella costruzione della componente acrobatica	120' 10 h
	UD26	Aspetti e riferimenti relativi alle moderne attrezzature propedeutiche e sistemi facilitanti	60'
	UD27	Didattica Laboratoriale <ul style="list-style-type: none"> • <i>Esercitazioni relative all'applicazione e allo sviluppo delle competenze specifiche riferite al modulo</i> 	120'

	UD28	La figura professionale dell'allenatore	60'
	UD29	L'allenamento specialistico nella ginnastica artistica GAF	60'
	UD30	Aspetti e riferimenti operativi specifici nella costruzione della preparazione fisica specialistica delle ginnaste	120'
MS6	UD31	Aspetti e riferimenti operativi specifici nella costruzione artistica stilistica e coreografica delle ginnaste	120' 10 h
	UD32	Trampolino <ul style="list-style-type: none"> • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i> 	120'
	UD33	Didattica Laboratoriale <ul style="list-style-type: none"> • <i>Esercitazioni relative all'applicazione e allo sviluppo delle competenze specifiche riferite al modulo</i> 	120'

GAF- Tecnico Regionale (TR)

Moduli Specifici (MS)

	UD34	Parallele Asimmetriche • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'
	UD35	Trave • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'
MS7	UD36	Corpo Libero • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120' 10 h
	UD37	Trampolino • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'
	UD38	Didattica Laboratoriale • <i>Esercitazioni relative all'applicazione e allo sviluppo delle competenze specifiche riferite al modulo</i>	120'

GAF- *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli Specifici (MS)

	UD39	Volteggio • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'	
	UD40	Parallele Asimmetriche • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'	
MS8	UD41	Trave (2° parte) • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione del lavoro e degli elementi specifici</i>	120'	10 h
	UD42	Corpo Libero (2° parte) • <i>Sviluppi progettuali ed operativi nella costruzione degli elementi</i>	120'	
	UD43	Didattica Laboratoriale • <i>Esercitazioni relative all'applicazione e allo sviluppo delle competenze specifiche riferite al modulo</i>	120'	

Bibliografia

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Blanchard KH., Hersey P. (1984). Leadership relazionale. Milano: Sperling e Kupfer.
- Villa A. (2001). Giocare con... . Roma: Società Stampa Sportiva.
- Cartoni AC., Putzu D. (1990). Ginnastica Artistica Femminile. Milano: Edizioni Ermes.
- Franceschetti B. (1987). Ginnastica Artistica Maschile e Femminile Corpo Libero. Azzate: Ed. Consorzio Artigianato.
- Batini G. (1988). Nozioni fondamentali di meccanica applicata alla ginnastica artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Bellotti P., Matteucci E. (1999). Allenamento Sportivo. Torino: UTET.
- Wilmore JH., Costill DL. (2005). Fisiologia dello Sport e dell'Esercizio. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Carli D., Di Giacomo S. et altri. Preparazione atletica e riabilitazione. Torino: C. G. ED. Medico Scientifiche (volume collettaneo).
- D.Lgs 9 aprile 2008 n° 81 - Titolo VI - Allegato XXXIII. Roma: Ministero dello Sport.
- Vailati F., Colombo C., Innocenti G. (2010). La preparazione fisica in Didattica Multimedia - modulo 1. Roma: FGI.
- FIG Academy. (2001). Management Coaching Policy – Level 2 / Study Notes.
- Mulas T. Elementi tratti dal percorso SdS CONI per Segretari e Coordinatori Tecnici. Milano: SdS CONI.
- Casolo F. (1980). Didattica delle Attività motorie per l'età evolutiva. Milano: Ed. Vita e Pensiero.
- Tortella P., Calidoni P., Tessaro F., Borgogni A. (2012). Favorire la pratica dell'attività motoria da 3 a 6 anni. Bologna: Minerva Edizioni.
- Gaverdovskij YK., Smolevskij VM. (1984). Organizzazione, programmazione tecnica dell'allenamento nella ginnastica artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Enrile E., Invernici A. (1992). Gli aspetti del movimento in educazione fisica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Baiocchi R. (2007). Il Grande Libro della Danza. Firenze: Giunti Editore.
- Weineck J. (2013). Biologia dello sport. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Weineck J. (2009). L'allenamento ottimale. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Meinel K. (2000). Teoria del movimento. Roma: Ed. Stampa Sportiva.
- Schmidt RA., Lee TD. (2012). Controllo motorio e apprendimento. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Hahn E. (1986). L'allenamento infantile. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Donati A. (2017). La preparazione giovanile per le diverse specialità sportive. Senigallia: CONI.
- Marella M. et al. (2018). Warm up – I moderni approcci all'allenamento (la metodologia della PAP). Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Monticelli M. (1984). Il Mini Trampolino Elastico in Ginnastica Artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Madella A., Cei A., Londoni M., Aquili N - (1997). Metodologia dell'insegnamento sportivo. Roma: CONI Dispense SdS – Div. Attività didattica.
- Vailati F. (2010). DTNM/FGI Organizzazione e programmazione dell'allenamento. Roma: FGI.
- Piccotti A. (2012). Elementi di ginnastica artistica, Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Autori Vari. (1987). Programma multimediale «L'educazione motoria di base». Roma: Istituto Enciclopedia Italiana G. Treccani.
- Agabio R., Rota Rovina M.L. (1985). 40 schemi di lezioni per l'attività motoria di base. Roma: Ed. FGI.

- Carrasco R. (1977). L'activité du débutant. Parigi: Ed. Vigot.
- Carrasco R. (1977). Gymnastique aux agrès. Parigi: Ed. Vigot.
- Carrasco R. (1979). Pedagogie des agrès. Parigi: Ed. Vigot.
- Carrasco R. (1980). Gymnastique au sol. Parigi: Ed. Vigot.
- Agabio R., Cimnaghi L. (1981). Le Parallele Asimmetriche. Roma: Società Stampa Sportiva.
- FGI. Precocità nella ginnastica artistica - Convegno Rimini 25/26 aprile 1984.
- Sartini E. (aa. 2004-2005). Divisione strutturale degli esercizi propedeutici alla Ginnastica Artistica eseguiti al mini-trampolino elastico e principi generali di meccanica applicata. Rimini: UniBo Scienze Motorie.
- Beccarini C., Mantovani C. (2010). Insegnare lo sport. Roma: SDS.
- Bompa TO., Buzzichelli C.A. (2017). Periodizzazione dell'allenamento sportivo. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Zatsiorsky VM. (2008). Scienza e pratica dell'allenamento della forza. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Hann E. (1994-1995). Valutazione e selezione del talento sportivo. Sviluppo e prestazione sportiva del bambino. Sport & Medicina.
- Sands WA. et al. (2015). The science of gymnastics. Doha: Monè Jemni.

SITOGRAFIA [11/10/2018]

- Federazione Ginnastica d'Italia - PTU FGI. <http://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/62-gaf.html>
- Fédération Internationale de Gymnastique – Manuale Academy FIG. <https://www.fig-gymnastics.com/site/pages/education-academies.php>
- Federazione Ginnastica d'Italia - Dispense FGI. <http://www.federginnastica.it/formazione/centro-didattico-e-ricerche-%E2%80%93-cedir/materiale-didattico.html>
- SPORT a SCUOLA - CR Lombardia FGI - Autori vari - <http://www.fgilombardia.it/>
- Website ditta FONTI - <http://www.dittafonti.it/>
- Website ditta GYMNOVA - <https://www.gymnova.com/en/>
- Website ditta GEOGYM - <http://www.geogym.it/>
- Website ditta AIRTRACK ITALIA - <https://www.airtrack-italia.com/>
- Federazione Ginnastica d'Italia - Procedure federali ed indicazioni attuative 2018 - <http://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/44-procedure-federali-ed-indicazioni-attuative.html>
- Federazione Ginnastica d'Italia - Norme tecniche FGI - <http://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/44-procedure-federali-ed-indicazioni-attuative.html>
- Federazione Ginnastica d'Italia - PT Gold & Silver 2018 – Ginnastica Artistica Femminile - <http://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/177-programmi-tecnici-gaf-2018.html>
- Federazione Ginnastica d'Italia - 2015/2018 - <http://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/32-codice-dei-punteggi-gaf-2017-2020.html>
- Documento SNaQ / CONI - Sistema Nazionale per la Qualifica dei Tecnici Sportivi (2001). Roma: CONI - <http://www.scuoladellosport.coni.it/scuoladellosport/formazione-sds/snaq.html>
- Vailati F. Itinerario Tecnico per il Settore Giovanile - <https://docplayer.it/6936853-Itinerario-tecnico-per-il-settore-giovanile-fulvio-vailati.html>
- Federazione Ginnastica d'Italia - Simposio 2013 Pesaro - https://www.youtube.com/watch?v=ZS8TSaO_HD4

Schede Tirocinio

Sulle pagine del sito [FGI>Formazione>Centro Didattico e Ricerche - CeDiR>Circolari Formazione e Normativa Tecnici>Normativa e tabelle](#) è pubblicata la circolare che indica le modalità di svolgimento del Tirocinio, presso quali strutture possa essere svolto e il riconoscimento dei Crediti Formativi di abilità per i Tutor del tirocinio.

Per la Sezione SF, in questa fase di strutturazione del percorso didattico formativo dei TS e TR, non è richiesta la partecipazione al tirocinio.

Ginnastica Ritmica

I QUADERNI
DELLA
GINNASTICA



PIANO DI STUDI E SCHEDE TIROCINIO DEL TECNICO REGIONALE

GR - *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli specifici (MS)

	UD11	La preparazione fisica specifica	180'	
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Metodi ed esercitazioni per lo sviluppo ed incremento delle capacità motorie in GR</i> • <i>Vari modelli di esercitazioni per la PFS nella UA di GR</i> 		
	UD12	Importanza della lezione di danza nella preparazione della ginnasta GR e sue finalità. Nozioni di base	120'	
MS5	UD13	La preparazione tecnica a corpo libero e le difficoltà corporee (BD)	180'	10 h
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Le difficoltà corporee del C.d.P. 2017-20</i> • <i>Tecnica, metodologia e didattica dei salti, equilibri e rotazioni e riferimenti al CdP.</i> 		
	UD14	Elementi pre-acrobatici	120'	
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, metodologia e didattica; analisi errori esecutivi e feedback correttivi</i> 		
	UD15	La preparazione tecnica con gli attrezzi		
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, metodologia e didattica dei gruppi tecnici attrezzo fondamentali e non del CdP 2017-20</i> • <i>Dalla tecnica di lanci e riprese all'esecuzione di alcuni elementi dinamici con rotazione (R)</i> 		
MS6		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Principi per la costruzione di difficoltà di attrezzo (AD)</i> 		10 h
		<ul style="list-style-type: none"> - <i>Fune</i> - <i>Cerchio</i> - <i>Palla</i> - <i>Clavette</i> - <i>Nastro</i> 	120' 120' 120' 120' 120'	

GR - Tecnico Regionale (TR)

Moduli specifici (MS)

MS7	UD16	Il lavoro d'insieme		
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>La cooperazione, esercitazioni a gruppi e sottogruppi a corpo libero e con attrezzi</i> • <i>Difficoltà senza e con scambio: BD e ED</i> • <i>Collaborazioni CdP 2017-20 riferimenti ai PTS e PTG</i> 	120'	
	UD17	Didattica Laboratoriale	120'	10 h
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Esercitazioni pratiche mirate all'applicazione e allo sviluppo di specifiche competenze in riferimento alle tematiche del Modulo</i> 		
	UD18	Componenti artistiche: musica - movimento	120'	
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Ritmo, melodia, cambi dinamici, espressività corporea, utilizzo dello spazio con esercitazioni</i> 		

MS8	UD19	Programmi Tecnici Gold	300'	
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Studio ed esercitazioni</i> 		10 h
	UD20	Didattica Laboratoriale	300'	
		<ul style="list-style-type: none"> • <i>Esercitazioni pratiche mirate all'applicazione di conoscenze e allo sviluppo di competenze nella costruzione degli esercizi di gara</i> 		

GR - Tecnico Regionale (TR)

Piano di Studi dettagliato

Finalità: sviluppare le conoscenze tecniche specifiche della GR. Consolidare le competenze sulla tecnica di base e sue evoluzioni.

Obiettivo: sviluppare competenze nella programmazione delle attività agonistiche GR Silver e Gold e nella costruzione degli esercizi individuali e di insieme per le gare previste dai PTS e PTG.

Abilità: conoscenza e competenza

1. della tecnica e metodologia della GR con particolare riferimento ai sistemi di sviluppo della preparazione della ginnasta agonista di varie fasce di età
2. dello sviluppo del modello prestativo per i vari livelli tecnici GR Silver e Gold

	Abilità	Contenuti	Tempo (con esercitazioni)
MS5	UD11 La Preparazione fisica	1. La Preparazione fisica specifica nella GR –Indicazioni metodologiche e didattiche ed esercitazioni per lo sviluppo e incremento delle capacità motorie della ginnasta (condizionali e coordinative) nella GR: <ul style="list-style-type: none"> • Mobilità articolare (mobilità scapolo-omerale, mobilità coxo-femorale e tibiotarsica, flessibilità della colonna vertebrale) • Forza nelle sue varie espressioni (tonicità addominale, dorsale e arti correlata alle capacità di tenuta e incremento capacità di spinta, salto, lancio) • Velocità (rapidità di reazione e abilità nello svolgimento di azioni rapide e precise) • Resistenza (durata su lavoro di ripetizioni di elementi e di ritmi di allenamento) • Coordinazione (capacità di apprendimento, adattamento motorio e di trasformazione, capacità di ritmizzazione, di destrezza fine, di controllo segmentario e di equilibrio). Vari tipi di modelli di esercitazioni per la PFS nella Unità di Allenamento (UA) di GR	180'
	UD12 La lezione di danza in GR	Importanza della lezione di danza e sue finalità nella GR: <ul style="list-style-type: none"> • Nozioni di base • Esercizi ginnici propedeutici e sinergici alla lezione di danza 	120'

	Abilità	Contenuti	Tempo (con esercitazioni)
MS5	UD13 La preparazione tecnica a corpo libero e le difficoltà corporee (BD)	1. La preparazione tecnica nella GR: impostazione di base a corpo libero 2. Le Difficoltà Corporee del CdP 2017-2020 caratteristiche fondamentali. <ul style="list-style-type: none"> • Caratteristiche dei salti nella GR. Tecnica, metodologia e didattica delle Difficoltà di salto del CdP. Analisi errori esecutivi e feedback correttivi • Caratteristiche degli equilibri nella GR. Tecnica, metodologia e didattica delle Difficoltà di equilibrio nella GR. Analisi errori esecutivi e feedback correttivi • Caratteristiche delle rotazioni nella GR. Tecnica, metodologia e didattica delle Difficoltà di rotazione del CdP. Analisi errori esecutivi e feedback correttivi. 	180'
	UD14 Elementi pre-acrobatici	1. Elementi pre-acrobatici <ul style="list-style-type: none"> • Tecnica, metodologia e didattica. • Analisi errori esecutivi e feedback correttivi. 	120'

MS6	UD15 La preparazione tecnica con attrezzi	Impostazione di elementi attrezzo: tecnica metodologia e didattica dei gruppi tecnici fondamentali e non del CdP 2017-20	
	Fune	1. Tecnica, metodologia e didattica dei seguenti gruppi tecnici: <ul style="list-style-type: none"> • Passaggi attraverso fune aperta o piegata in 2 o più, con tutto il corpo o una parte, che gira per avanti, indietro o lateralmente; anche con doppia rotazione della fune. • Passaggio attraverso la fune con saltelli • Rotazioni • Echappé e spirali • Maneggio (Oscillazioni, circonduzioni, mulinelli, movimenti ad otto, vele e contro vele, avvolgimenti o svolgimenti intorno ad una parte del corpo, spirali con la fune piegata in due, trasmissione intorno ad una qualsiasi parte del corpo o sotto la gamba) e equilibrio instabile • Lanci e riprese. 2. Dalla tecnica dei lanci e riprese all'esecuzione di alcuni Elementi Dinamici con Rotazione (R) 3. Principi per la costruzione di Difficoltà di Attrezzo (AD) Analisi errori esecutivi e feedback correttivi	120'

Abilità	Contenuti	Tempo (con esercitazioni)
MS6	<p>Cerchio</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tecnica, metodologia e didattica dei seguenti gruppi tecnici: <ul style="list-style-type: none"> • Passaggi attraverso il cerchio con tutto il corpo o una parte • Rotolamenti del cerchio sul corpo • Rotazioni del cerchio • Rotolamenti del cerchio al suolo • Maneggio (Oscillazioni, circonduzioni, movimenti ad otto, scivolamento su parti del corpo, trasmissione intorno a qualsiasi parte del corpo o sotto la/e gamba/e, passaggi sopra, respinte ecc.) e equilibrio instabile su una parte del corpo • Lanci e riprese. 2. Dalla tecnica dei lanci e riprese all'esecuzione di alcuni Elementi Dinamici con Rotazione (R) 3. Principi per la costruzione di Difficoltà di Attrezzo (AD) Analisi errori esecutivi e feedback correttivi 	120'
	<p>Palla</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tecnica, metodologia e didattica dei seguenti gruppi tecnici: <ul style="list-style-type: none"> • Palleggi • Rotolamenti liberi sul corpo • Maneggio (slanci, oscillazioni, circonduzioni, movimenti ad otto, rovesci, rotazioni della mano/i attorno alla palla, piccoli rotolamenti accompagnati, rotazione libera della palla su una parte del corpo, ecc.) e equilibrio instabile della palla • Rotolamenti al suolo e del corpo sulla palla • Lanci e riprese. 2. Dalla tecnica dei lanci e riprese all'esecuzione di alcuni Elementi Dinamici con Rotazione (R) 3. Principi per la costruzione di Difficoltà di Attrezzo (AD) Analisi errori esecutivi e feedback correttivi 	120'
	<p>Clavette</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tecnica, metodologia e didattica dei seguenti gruppi tecnici: <ul style="list-style-type: none"> • Giri con ambedue le clavette simultanei o alternati, una clavetta per mano • Moulinet • Movimenti asimmetrici delle 2 clavette • Piccoli lanci con rotazione di 1 e/o 2 clavette • Maneggio (slanci, oscillazioni circonduzioni delle braccia e dell'attrezzo, movimenti ad otto, rotazione libera della/e clavetta/e, battute, piccoli cerchi di ambedue le clavette tenute ad una mano, ecc.) e equilibrio instabile della/e clavetta/e • Rotolamento di 1 o 2 clavette su una parte del corpo o al suolo • Lanci e riprese 2. Dalla tecnica dei lanci e riprese all'esecuzione di alcuni Elementi Dinamici con Rotazione (R) 3. Principi per la costruzione di Difficoltà di Attrezzo (AD) Analisi errori esecutivi e feedback correttivi 	120'

	Abilità	Contenuti	Tempo (con esercitazioni)
MS6	Nastro	<ol style="list-style-type: none"> Tecnica, metodologia e didattica dei seguenti gruppi tecnici: <ul style="list-style-type: none"> Passaggio attraverso o al di sopra del disegno del nastro con tutto il corpo od una sua parte Serpentine (4-5 onde), serrate e della stessa altezza in volo o al suolo Spirali (4-5 anelli) serrati e della stessa altezza in volo o al suolo Echappé (rotazione della bacchetta durante il suo volo altezza piccola e media) Maneggio (slanci, oscillazioni, circonduzioni, movimenti ad otto, rotazioni della bacchetta attorno alla mano, avvolgimento, ecc.) Rotolamento della bacchetta del nastro su una parte del corpo “Boomerang”: abbandono del nastro in volo o al suolo e ripresa Lanci e riprese Dalla tecnica dei lanci e riprese all’esecuzione di alcuni Elementi Dinamici con Rotazione (R) Principi per la costruzione di Difficoltà di Attrezzo (AD) Analisi errori esecutivi e feedback correttivi 	120’

MS7	UD16 Il lavoro d’insieme	Caratteristiche del lavoro d’insieme	120’
		La cooperazione: esercitazione di lavoro a coppie e terziglie – esempi e pratica a corpo libero e con attrezzi	120’
		Le difficoltà senza e con scambio: BD e ED	120’
MS7	UD18 Componenti artistiche: musica- movimento	Le collaborazioni con riferimento ai PTG	120’
		UD17 Didattica laboratoriale Esercitazioni pratiche mirate all’applicazione di conoscenze e allo sviluppo di competenze in riferimento alle tematiche del modulo	120’
		Ritmo, melodia e movimento Le Combinazioni di Passi di Danza (S) e i collegamenti Cambi dinamici, espressività corporea (esercitazione)	120’

	Abilità	Contenuti	Tempo (con esercitazioni)
MS8	UD19 I programmi tecnici Gold	I Programmi tecnici Gold	300'
	UD20 Didattica laboratoriale	Esercitazioni pratiche mirate all'applicazione di conoscenze e allo sviluppo di competenze nella costruzione degli esercizi di gara.	300'

Bibliografia

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Rosato MR., Tinto A. (1996). Avviamento al lavoro collettivo. Milano: Edizioni Ermes.
- Sensini N., Eid L. (1999). Ginnastica Ritmica e piccoli attrezzi. Milano: Carabà srl Edizioni.
- Sensini N., Mangiafico E. (1997). Ritmo e movimento. Milano: Carabà srl Edizioni.
- Aparo M., Cermelj S., Piazza M., Rosato M.R., Sensi S. (1999). Ginnastica Ritmica. Padova: Piccin.
- Lisitskaja TS. (1985). Ginnastica Ritmica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Federazione Ginnastica d'Italia (2018). Documenti - Codice dei Punteggi 2017-2020 Ginnastica Ritmica.
- Federazione Ginnastica d'Italia (anno in corso) - Documenti - Programmi Tecnici GR Gold e Silver.

SITOGRAFIA [11/10/2018]

- Federazione Ginnastica d'Italia - Fgi. http://www.federginnastica.it/formazione/centro-didattico_e_ricerche--cedir/materiale-didattico_html
- Fédération Internationale de Gymnastique-Fig . http://www.fig_gymnastics.com
- PubMed. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
- Servizio Bibliotecario Nazionale_Sbn. <http://www.sigm.it>
- SdS-Scuola delle Sport. www.scuoladelloSPORT.coni.it
- Società Italiana di Scienze Motorie e Sportive - Sismes. <http://www.sismes.org>

Schede Tirocinio

Sulle pagine del sito [FGI>Formazione>Centro Didattico e Ricerche - CeDiR>Circolari Formazione e Normativa Tecnici>Normativa e tabelle](#) è pubblicata la circolare che indica le modalità di svolgimento del Tirocinio, presso quali strutture possa essere svolto e il riconoscimento dei Crediti Formativi di abilità per i Tutor del tirocinio.

Per la Sezione SF, in questa fase di strutturazione del percorso didattico formativo dei TS e TR, non è richiesta la partecipazione al tirocinio.



Scheda / Diario del Tirocinio

1 ✓

2

3

Tecnico

TS

TR ✓

TF

TN

Nome Sede del Tirocinio: _____

Nome Tutor Tirocinio (TT): _____

Nome del Tirocinante: _____

Argomento Lezione	Ore	Data	Firma Tirocinante	Firma Tutor Tirocinio
Elementi per la valutazione dei prerequisiti psico-motori				
Educazione al Ritmo: metodologia nell'UA GR				
Preparazione fisica specifica: metodologia con le giovani ginnaste				
Preparazione fisica specifica: utilizzo dei piccoli attrezzi				
Esercizi di impostazione generale propedeutici alla lezione di danza				
Preparazione tecnica: impostazione a Corpo Libero				
Didattica di Salti in riferimento al CdP				
Errori e feedback correttivi				
Didattica di Equilibri in riferimento al CdP				
Errori e feedback correttivi				
Didattica di Rotazioni in riferimento al CdP				
Errori e feedback correttivi				
Elementi preacrobatici: i rovesciamenti preparatori e didattica				
Fune: didattica elementi attrezzo esercitazioni				
Cerchio: didattica elementi attrezzo esercitazioni				
Palla: didattica elementi attrezzo esercitazioni				
Clavette: didattica elementi attrezzo esercitazioni				
Nastro: didattica elementi attrezzo esercitazioni				
Espressività corporea: ritmo, musica e movimento esercitazioni.				
Il Lavoro d'Insieme a corpo libero - Modalità di lavoro				
Il Lavoro d'Insieme a corpo libero - Collaborazioni PTG				
Il Lavoro d'Insieme con attrezzi: lo scambio				
Il Lavoro d'Insieme con attrezzi: lo scambio				
Il Lavoro d'Insieme con attrezzi: le collaborazioni				
N° Complessivo di ore svolte				

Il sottoscritto TT, Tecnico _____ Tessera FGI n°: _____ dichiara che
(TS,TR,TF,TN)

_____ aspirante tecnico _____ Tessera FGI n°: _____
Nome Cognome (TS,TR,TF,TN)

ha seguito n° _____ ore come sopra riportato.

(Firma)

Il Presidente della Società dichiara che propri tesserati hanno partecipato a gare

 Gold

 Silver

 GpT

nell'anno di svolgimento, o precedente, della somministrazione del Tirocinio della Sezione di riferimento.

(Firma del Presidente)



Scheda / Diario del Tirocinio

Tecnico

1	2 ✓	3	
TS	TR ✓	TF	TN

Nome Sede del Tirocinio: _____

Nome Tutor Tirocinio (TT): _____

Nome del Tirocinante: _____

Argomento Lezione	Ore	Data	Firma Tirocinante	Firma Tutor Tirocinio
Educazione al Ritmo: metodologia nell'UA GR				
Preparazione fisica specifica: metodologia con le giovani ginnaste				
Struttura dell'UA- Approfondimento				
Preparazione fisica specifica: metodologia con le giovani ginnaste				
Lo sviluppo delle capacità coordinative prerequisito alle abilità motorie				
Dallo sviluppo delle capacità coordinative alla destrezza fine				
Esercizi ginnici propedeutici alla lezione di danza				
La preparazione Tecnica BD: Salti in riferimento alle BD CdP				
La preparazione Tecnica BD: Equilibri in riferimento alle BD CdP				
La preparazione Tecnica BD: Rotazioni in riferimento alle BD CdP				
Rilevazione a errori e feedback correttivi				
Espressività corporea: variazione di dinamismo e ritmo, esercitazioni.				
Elementi preacrobatici				
Fune: Maneggio e Lanci - Approccio alla realizzazione di R				
Cerchio: Maneggio e Lanci - Approccio alla realizzazione di R				
Palla: Maneggio e Lanci - Approccio alla realizzazione di R				
Clavette: Maneggio e Lanci - Approccio alla realizzazione di R				
Nastro: Maneggio e Lanci - Approccio alla realizzazione di R				
Espressività corporea: variazione di dinamismo e ritmo esercitazioni.				
Il Lavoro d'Insieme a corpo libero approfondimento				
Il Lavoro d'Insieme con attrezzi approfondimento				
Il Lavoro d'Insieme con attrezzi approfondimento				
PTG: esercitazioni				
PTG: esercitazioni				
N° Complessivo di ore svolte				

Il sottoscritto TT, Tecnico _____ Tessera FGI n°: _____ dichiara che
(TS,TR,TF,TN)

_____ aspirante tecnico _____ Tessera FGI n°: _____
Nome Cognome (TS,TR,TF,TN)

ha seguito n° _____ ore come sopra riportato.

(Firma)

Il Presidente della Società dichiara che propri tesserati hanno partecipato a gare

Gold Silver GpT

nell'anno di svolgimento, o precedente, della somministrazione del Tirocinio della Sezione di riferimento.

(Firma del Presidente)



Scheda / Diario del Tirocinio

1

2

3 ✓

Tecnico

TS

TR ✓

TF

TN

Nome Sede del Tirocinio: _____

Nome Tutor Tirocinio (TT): _____

Nome del Tirocinante: _____

Argomento Lezione	Ore	Data	Firma Tirocinante	Firma Tutor Tirocinio
Preparazione fisica specifica nell' UA perfezionamento				
Esercizi ginnici propedeutici alla lezione di danza perfezionamento				
Struttura dell'UA esempi pratici				
Definizione di obiettivi: la componente psicologica nella UA				
Metodologia di allenamento con giovani ginnaste				
La preparazione tecnica a corpo libero				
Didattica di equilibri in riferimento alle BD CdP				
Errori e feedback correttivi				
Didattica di Salti in riferimento alle BD CdP				
Errori e feedback correttivi				
Didattica di Rotazioni in riferimento alle BD CdP				
Errori e feedback correttivi				
Elementi preacrobatici e rotazioni preparatori e didattica				
Fune: dal maneggio ai criteri per la costruzione di AD				
Cerchio: dal maneggio ai criteri per la costruzione di AD				
Palla: dal maneggio ai criteri per la costruzione di AD				
Clavette: dal maneggio ai criteri per la costruzione di AD				
Nastro: dal maneggio ai criteri per la costruzione di AD				
Tecnica di lanci e riprese				
Dal lancio e la ripresa alla didattica di R (base)				
Varietà di riprese				
Il Lavoro d'Insieme a corpo libero approfondimento				
Il Lavoro d'Insieme con attrezzi approfondimento				
Il Lavoro d'Insieme con attrezzi approfondimento				
N° Complessivo di ore svolte				

Il sottoscritto TT, Tecnico _____ Tessera FGI n°: _____ dichiara che
(TS,TR,TF,TN)

_____ aspirante tecnico _____ Tessera FGI n°: _____
Nome Cognome (TS,TR,TF,TN)

ha seguito n° _____ ore come sopra riportato.

(Firma)

Il Presidente della Società dichiara che propri tesserati hanno partecipato a gare

 Gold

 Silver

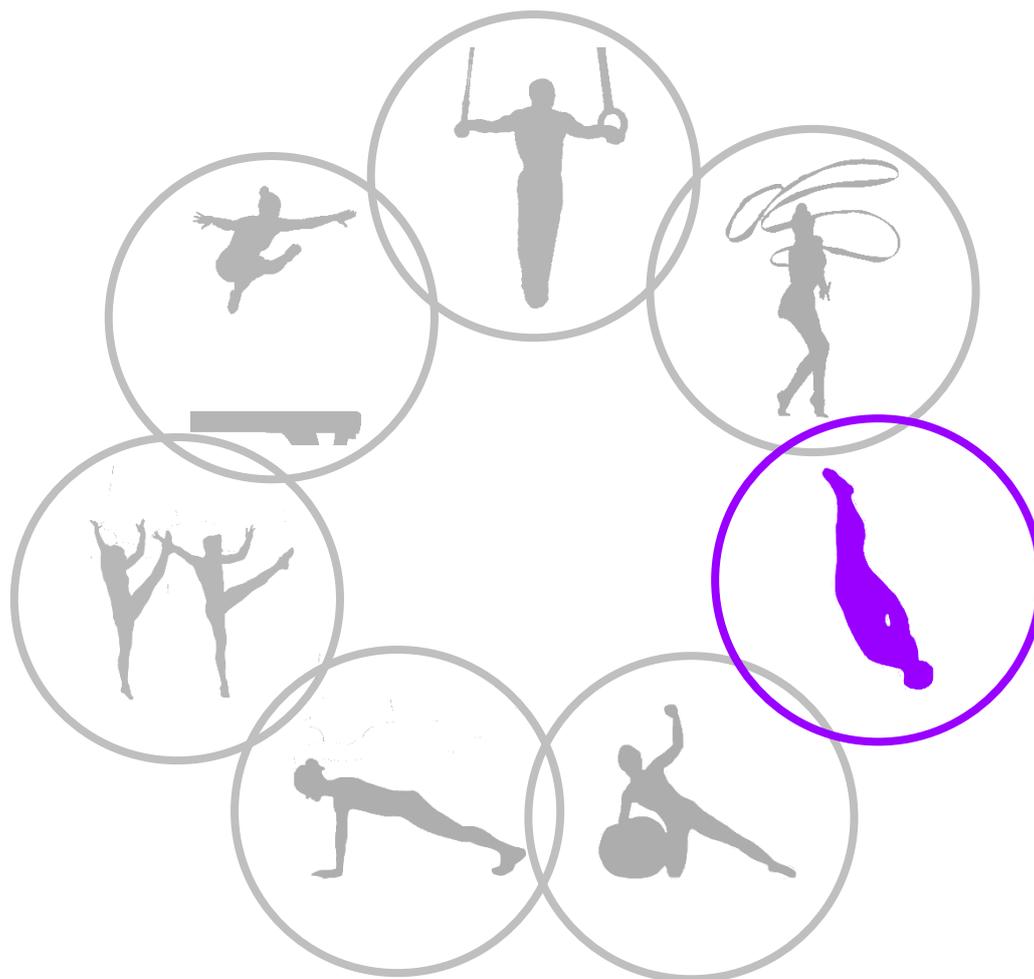
 GpT

nell'anno di svolgimento, o precedente, della somministrazione del Tirocinio della Sezione di riferimento.

(Firma del Presidente)

Trampolino Elastico

I QUADERNI
DELLA
GINNASTICA



PIANO DI STUDI E SCHEDE TIROCINIO DEL TECNICO REGIONALE

TE - *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli Specifici (MS)

MS5	UD14	Preparazione Fisica Integrata <ul style="list-style-type: none"> • <i>Preparazione fisica generale</i> • <i>Preparazione fisica speciale</i> • <i>Preparazione fisica specifica</i> 	240'
	UD15	Salto con 270° di rotazione avanti: O < I <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, didattica e assistenza delle fasi di stacco, chiusura e apertura in volo e controllo</i> • <i>Contrasto rotazioni</i> • <i>Progressione didattica dalla candela ai 270° O < I</i> 	180'
	UD16	Salto con 270° di rotazione indietro: O < I <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, didattica e assistenza delle fasi di stacco, chiusura e apertura in volo e controllo</i> • <i>Contrasto rotazioni</i> • <i>Progressione didattica dalla candela ai 270°</i> 	180'
			10 h

MS6	UD17	Salto 360° di rotazione avanti O < I <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, didattica e assistenza nelle fasi di stacco, in volo e di atterraggio</i> • <i>Front O < I</i> 	180'
	UD18	Salto 360° di rotazione indietro O < I <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, didattica e assistenza delle fasi di stacco, in volo e di atterraggio</i> • <i>back O < I</i> 	180'
	UD19	Salto avanti con 270° di rotazione sull'asse trasverso e 180° sull'asse longitudinale <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, didattica e assistenza delle fasi di stacco, in volo e di atterraggio degli avvitiamenti in avanti</i> 	240'
			10 h

TE - Tecnico Regionale (TR)

Moduli Specifici (MS)

MS7	<p>UD20 Salti indietro con 270° di rotazione sull'asse trasverso e 180° sull'asse longitudinale</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica, didattica e assistenza nelle fasi di stacco, in volo e di atterraggio dagli avvitamenti</i> • <i>Twist, ½ ¾</i> 	240'	
	<p>UD21 Salti avanti con 360° di rotazione sull'asse trasverso e 180° sull'asse longitudinale</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica e didattica delle fasi di stacco e di atterraggio del Barani O < I</i> 	180'	10 h
	<p>UD22 Salti indietro con 360° di rotazione sull'asse trasverso e 180° sull'asse longitudinale</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica e didattica delle fasi di stacco e di atterraggio del Twist ½ ¾ O < I</i> 	180'	

MS8	<p>UD23 Salti avanti e indietro con 360° di rotazione sull'asse trasverso e 360° sull'asse longitudinale</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnica e didattica degli avvitamenti con partenza braccia in alto e con partenza braccia basse il FULL</i> 	240'	
	<p>UD24 Tattica e combinazione degli elementi per esercizi obbligatori e liberi da gara</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Alternanza rotazioni indietro e avanti</i> • <i>Progressione didattica dei movimenti delle braccia durante le combinazioni dei salti</i> • <i>Come creare un esercizio completo per le differenti categorie ed età</i> 	240'	10 h
	<p>UD25 Tattica e combinazioni degli esercizi di gara</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Regolamenti World Age Group C.d.P. Internazionale</i> 	120'	

Bibliografia

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Meda E. (1980). La Ginnastica. Torino: SEI.
- Meda E. (1975). Il Tam Tam della palestra. Milano: S.G.Milano 2000 edizione 96-97-98.
- Grandi B. (1980). Didattica e Metodologia della Ginnastica Artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Copp B. (1990). La Storia del Trampolino Elastico. USA: Copyright Bil Copp (dvd).
- Copp B. (1989). Russian Tumbling-Training Techniques. USA: Copyright Bil Copp (dvd).
- FGI (1990 al 98). Il Ginnasta-Gymnica. Roma: FGI.
- Gaverdovskij YK., Smolevskij VM. (1975). Organizzazione, Programmazione, Tecnica dell'Allenamento nella Ginnastica Artistica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Scotton C. (2015). Classificazione Tecnica delle Specialità Sportive. Perugia: Calzetti & Mariucci.
- Manoni A., Carvelli E., De Leva P. (1988). Le Fasi Propulsive nei Salti-Volteggi. SdS, VII, 13:54-63.

Schede Tirocinio

Sulle pagine del sito [FGI>Formazione>Centro Didattico e Ricerche - CeDiR>Circolari Formazione e Normativa Tecnici>Normativa e tabelle](#) è pubblicata la circolare che indica le modalità di svolgimento del Tirocinio, presso quali strutture possa essere svolto e il riconoscimento dei Crediti Formativi di abilità per i Tutor del tirocinio.

Per la Sezione SF, in questa fase di strutturazione del percorso didattico formativo dei TS e TR, non è richiesta la partecipazione al tirocinio.


Scheda / Diario del Tirocinio

1 ✓

2

3

Tecnico

TS

TR ✓

TF

TN

Nome Sede del Tirocinio: _____

Nome Tutor Tirocinio (TT): _____

Nome del Tirocinante: _____

Argomento Lezione	Ore	Data	Firma Tirocinante	Firma Tutor Tirocinio
PREPARAZIONE FISICA GENERALE				
PREPARAZIONE FISICA SPECIALE				
PREPARAZIONE FISICA SPECIFICA				
TECNICA DIDATTICA SALTI 270° ASSE TRASVERSALE				
TECNICA DIDATTICA SALTI 360° ASSE TRASVERSALE				
ASSISTENZA E USO MATERASSINO				
TWIST				
1/2 AVVITAMENTO 3/4 BACK				
3/4 TRASVERSALE + 180° ASSE LONGITUDINALE				
3/4 INDIETRO + RITORNO IN STAZIONE ERETTA				
3/4 AVANTI RITORNO IN STAZIONE ERETTA CON 1/2 GIRO				
BARANI				
TWIST + BARANI				
FULL IN POSIZIONE O < /				
1/2 GIRO C.SUPINI + AVVITAMENTI IN PIEDI				
1/2 GIRO C.PRONI + AVVITAMENTI IN PIEDI				
C.PRONI + 180° ARRIVO SUPINI ASSE TRASVERSALE				
C.SUPINI + 180° ARRIVO PRONI ASSE TRASVERSALE				
3/4 FULL AVANTI IN TUTTE LE POSIZIONI				
BACK+BARANI IN TUTTE LE POSIZIONI				
COMBINAZIONE ELEMENTI PER LE COMPETIZIONI				
ALTERNANZA ROTAZIONI AVANTI E INDIETRO				
PROGRESSIONE DIDATTICA MOVIMENTI COMPLESSI ARTI SUPERIORI				
REGOLE GARE INTERNAZIONALI				
N° Complessivo di ore svolte				

 Il sottoscritto TT, Tecnico _____ Tessera FGI n°: _____ dichiara che
(TS,TR,TF,TN)

 _____ aspirante tecnico _____ Tessera FGI n°: _____
Nome Cognome (TS,TR,TF,TN)

ha seguito n° _____ ore come sopra riportato.

 (Firma)

Il Presidente della Società dichiara che propri tesserati hanno partecipato a gare

 Gold

 Silver

 GpT

nell'anno di svolgimento, o precedente, della somministrazione del Tirocinio della Sezione di riferimento.

 (Firma del Presidente)



**PIANO DI STUDI E SCHEDE TIROCINIO
DEL
TECNICO REGIONALE**

AER - *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli specifici (MS)

	UD25	Programmi Tecnici: AEROBIC DANCE <ul style="list-style-type: none"> • <i>Terminologia specifica</i> • <i>Come scegliere gli elementi provenienti dalle altre discipline e il 2° stile</i> 	120'
	UD26	Pianificazione - Organizzazione dell'allenamento <ul style="list-style-type: none"> • <i>Principi generali sulla periodizzazione dell'allenamento in GA</i> • <i>Programmazione attività individuali e categorie composte</i> 	60'
	UD27	Preparazione Fisica Disciplinare <ul style="list-style-type: none"> • <i>Esercizi di preparazione fisica speciale funzionale alle tecniche della disciplina</i> 	120'
MS5		- <i>elementi di difficoltà - elementi acrobatici - sollevamenti</i>	10 h
	UD28	Preparazione Tecnica <ul style="list-style-type: none"> • <i>Elementi obbligatori delle categorie giovanili (Allievi)</i> • <i>Propedeutica e tecnica specifica degli elementi di difficoltà del programma Gold</i> 	120'
	UD29	Preparazione Coreografica <ul style="list-style-type: none"> • <i>Transizioni e collegamenti (evoluzione in complessità e varietà)</i> 	60'
	UD30	Didattica Laboratoriale <ul style="list-style-type: none"> • <i>Esercitazioni pratiche mirate all'applicazione e allo sviluppo di competenze specifiche in riferimento alle tematiche del modulo</i> 	120'

AER - Tecnico Regionale (TR)

Moduli specifici (MS)

MS6	UD31	Programmi Tecnici: PROGRAMMI GOLD (Categorie giovanili) • <i>Come compilare la scheda di dichiarazione degli elementi</i>	60'	
	UD32	Preparazione Fisica Disciplinare • <i>Metodi di allenamento degli aspetti metabolici</i>	120'	
	UD33	Preparazione Tecnica • <i>Elementi obbligatori delle categorie giovanili (JA)</i> • <i>Propedeutica e tecnica specifica degli elementi di difficoltà del programma Gold</i>	120'	10 h
	UD34	Preparazione Coreografica • <i>Sollevamenti e collaborazioni</i>	120'	
	UD35	Valutazione • <i>Test tecnici e fisici specifici</i>	60'	
	UD36	Didattica Laboratoriale • <i>Esercitazioni pratiche mirate all'applicazione e allo sviluppo di competenze specifiche in riferimento alle tematiche del modulo</i>	120'	

AER - *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli specifici (MS)

	UD37	Programmi Tecnici: PROGRAMMI GOLD (Junior B)	60'
	UD38	Preparazione Fisica Disciplinare <ul style="list-style-type: none"> • <i>Metodi di allenamento degli aspetti metabolici</i> 	120'
	UD39	Preparazione Tecnica <ul style="list-style-type: none"> • <i>Pre-acrobatica e acrobatica (a4-a7)</i> • <i>Elementi obbligatori delle categorie giovanili (Junior B)</i> • <i>Propedeutica e tecnica specifica degli elementi di difficoltà del programma Gold</i> 	180'
MS7			10 h
	UD40	Preparazione Coreografica <ul style="list-style-type: none"> • <i>Sollevamenti e collaborazioni</i> 	60'
	UD41	Valutazione degli aspetti metabolici <ul style="list-style-type: none"> • <i>IRI Test e Test A Navetta</i> 	60'
	UD42	Didattica Laboratoriale <ul style="list-style-type: none"> • <i>Esercitazioni pratiche mirate all'applicazione e allo sviluppo di competenze specifiche in riferimento alle tematiche del modulo</i> 	120'

AER - Tecnico Regionale (TR)

Moduli specifici (MS)

	UD43	Programmi Tecnici: CODICE DEI PUNTEGGI GOLD	60'
	UD44	Pianificazione - Organizzazione dell'allenamento <ul style="list-style-type: none">• <i>Progettazione del microciclo e del mesociclo</i>• <i>Esempi di progettazione</i>	60'
	UD45	Preparazione Fisica Disciplinare <ul style="list-style-type: none">• <i>Esercizi di preparazione fisica speciale funzionale alle tecniche della disciplina</i><ul style="list-style-type: none">- <i>Elementi di Difficoltà</i>- <i>Elementi acrobatici</i>- <i>Sollevamenti</i>	120'
MS8			10 h
	UD46	Preparazione Tecnica <ul style="list-style-type: none">• <i>Propedeutica e tecnica specifica degli elementi di difficoltà più complessi: Flair A305, Planche B186, Pike Jump to P.U. C286, Scissor Leap C465</i>• <i>Danza applicata all'evoluzione dei Turn</i>	120'
	UD47	Preparazione Coreografica <ul style="list-style-type: none">• <i>Evoluzione della qualità artistica</i>	120'
	UD48	Didattica Laboratoriale <ul style="list-style-type: none">• <i>Esercitazioni pratiche mirate all'applicazione e allo sviluppo di competenze specifiche in riferimento alle tematiche del modulo</i>	120'

Bibliografia

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Bosco C. (2002). La valutazione della forza con il test di Bosco. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Bosco C. (1997). La forza muscolare. Aspetti fisiologici ed applicazioni pratiche. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Federation Internationale de Gymnastique. (2017). Code of Point 2017-2010, Aerobic Gymnastics.
- Federazione Ginnastica d'Italia. (2016). Codice dei Punteggi 2017-2020, Ginnastica Aerobica.
- Mineva M. (2011). Aerobic gymnastics. Initial preparation. Bolid Ins.
- Pistecchia F., Pistecchia M. (2004). Guida alla Aerobica Sportiva. Roma: Pool Grafica Editrice.
- Regolamenti/Codici Silver Ginnastica Aerobica – Federazione Ginnastica d'Italia (2017).
- Sergiev G. (2004). Sports Aerobics. Technique of execution and training methods of difficulty elements.
- Weineck J. (2009). L'allenamento ottimale. Perugia: Calzetti & Mariucci Editori.

ALTRA BIBLIOGRAFIA

- D'Anna C., Gomez Paloma F. (2015). Dynamic stretching versus static stretching in gymnastic performance. *Journal of Human Sport and Exercise*. 10, 437-446.
- Righetti L., Piacentini MF., Capranica L., Felici F. (2004). Energy sources for aerobic gymnastics competition routines. *SdS* 62/63: 83-86.
- Righi P. Esercizi di impostazione generale propedeutici al lavoro coreografico. *Gymnica*, Federazione Ginnastica d'Italia.
- Righi P. Nozioni di base sul lavoro di coreografia. *Gymnica*, Federazione Ginnastica d'Italia.
- Fédération Internationale de Gymnastique. (2014). *Scientific Research in Aerobic Gymnastics, Summary 2010 – 2014 1st edition*.
- Vaganova A. (2007), a cura di Alberti A., Pappacena F. *Le basi della danza classica*. Roma: Gremese Editore.
- Righetti L., Sechi R. (1996). *Ginnastica Aerobica. Principi di base e sistemi di allenamento*. *Gymnica*, Federazione Ginnastica d'Italia. 4, 15-18.
- Righetti L., Sechi R. (1996). *Ginnastica aerobica. Sistemi di allenamento*. *Gymnica*, Federazione Ginnastica d'Italia. 4, 19-27.

SITOGRAFIA [11/10/2018]

- Fédération Internationale de Gymnastique - FIG. <http://www.fig-gymnastics.com>
- Federazione Ginnastica d'Italia - FIGI. www.federginnastica.it (documenti e circolari - documenti federali - programmi tecnici - AER/codice dei punteggi AER/Procedure federali e norme tecniche).
- Lupo S., www.sergiolupomedicinasport.it
- www.scienzemotorie.com/il-modello-prestativo-della-ginnastica-aerobica/
- www.scienzemotorie.com/sport-tecnico-combinatori-il-risultatotra-valutazione-e-giudizio/

Schede Tirocinio

Sulle pagine del sito [FGI>Formazione>Centro Didattico e Ricerche - CeDiR>Circolari Formazione e Normativa Tecnici>Normativa e tabelle](#) è pubblicata la circolare che indica le modalità di svolgimento del Tirocinio, presso quali strutture possa essere svolto e il riconoscimento dei Crediti Formativi di abilità per i Tutor del tirocinio.

Per la Sezione SF, in questa fase di strutturazione del percorso didattico formativo dei TS e TR, non è richiesta la partecipazione al tirocinio.

Ginnastica per Tutti

I QUADERNI
DELLA
GINNASTICA



PIANO DI STUDI E SCHEDE TIROCINIO DEL TECNICO REGIONALE

Piano di studi

PREMESSA

La Ginnastica per TUTTI è alla base delle attività motorie, ma è anche un'attività a se stante che contribuisce al benessere fisico, intellettuale e sociale delle persone ed è per questo che la Ginnastica per TUTTI è riconosciuta dal CIO per la sua funzione sociale e per le sue alte potenzialità educative.

In questo contesto, la Ginnastica per TUTTI è di fondamentale importanza ed offre infinite opportunità. Programmi tecnici di attività con grandi e piccoli attrezzi codificati e occasionali e a corpo libero, esercizi collettivi e progressioni individuali, con e senza accompagnamento musicale, percorsi ginnastici a tempo, prove multiple di efficienza fisica..., tutte attività eseguite sotto forma di semplice esibizione o secondo una valutazione che supera il concetto di valutazione in senso stretto ma basato sulla ricerca del superamento dei propri limiti.

La GpT, quindi, ha una sua specificità, un suo aspetto culturale, una serie di tematiche ed attività fondamentali e trasversali.

La figura del **Tecnico Regionale** rappresenta la qualifica del settore Ginnastica per Tutti in grado di produrre una evoluzione logica e razionale del sistema operativo, impiantato durante l'applicazione dei fondamentali prerequisiti strutturali e funzionali caratteristici del livello precedente. Il Tecnico Regionale è un allenatore con valenza sia educativa sia tecnica e di avvio alla specializzazione, il quale dovrebbe preparare, fisicamente e tecnicamente, i suoi utenti ad una scelta d'indirizzo vissuta e partecipata. Difatti gli strumenti, i metodi e modi, le tecniche e strategie contenute negli orientamenti didattici di tale guida integrano la didattica propriamente detta alle caratteristiche, maggiormente prestantive, tipiche della ginnastica.

GpT - *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli Specifici (MS)

MS5	UD7	Teoria, tecnica e didattica della preparazione coreografica e dell'estetica		
		• <i>Lavoro individuale - [pratica]</i>	60'	
		• <i>Attività syncro - [pratica]</i>	60'	
		• <i>Esercizi collettivi - [pratica]</i>	120'	10 h
		• <i>La componente coreografica degli esercizi collettivi</i>	120'	
		• <i>Costruzione di un esercizio collettivo per la Gymnaestrada regionale, nazionale e mondiale - [pratica]</i>	120'	
	Question Time		120'	

MS6	UD8	L'espressione corporea		
		• <i>L'espressività corporea, teatralità e drammatizzazione</i>	240'	10 h
		• <i>L'espressività corporea, teatralità e drammatizzazione [pratica]</i>	240'	
	Question Time		120'	

MS7	UD9	Teoria, tecnica e didattica delle attività per la Golden Age		
		• <i>Le caratteristiche dell'attività per la Golden Age</i>	120'	
		• <i>I programmi per la Golden Age</i>	120'	
	UD10	Teoria, tecnica e didattica dell'attività motoria per i diversamente abili		
		• <i>La disabilità: disabilità fisica, psicomotoria, intellettiva e relazionale</i>	60'	10 h
		• <i>Le caratteristiche dell'attività motoria per i diversamente abili</i>	60'	
	• <i>Le caratteristiche dell'attività motoria per i diversamente abili [pratica]</i>	60'		
	• <i>I programmi per i diversamente abili</i>	60'		
	Question Time		120'	

GpT - *Tecnico Regionale (TR)*

Moduli Specifici (MS)

MS8	UD11	La Ginnastica e le diverse forme di movimento		
		• <i>Gli attrezzi occasionali [pratica]</i>	90'	
		• <i>Le attività "alternative":</i>		
		– <i>Rope Skipping [pratica]</i>	90'	
		– <i>Parkour [pratica]</i>	90'	10h
		– <i>Yoga della risata [pratica]</i>	90'	
		• <i>test motori specifici (GpTEST)</i>	30'	
	• <i>I test motori specifici (GpTEST) [pratica]</i>	90'		
		Question Time	120'	

Bibliografia

BIBLIOGRAFIA CONSIGLIATA

- Agabio R. (2001). Ginnastica sportiva – attività promozionale ed amatoriale. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Agabio R. (1994). Ginnastica Generale: didattica e metodologia. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Eid L., Bussetti M. Atti del Seminario di Studio: Attività motoria e sportiva adattata in ambito scolastico. Varese: 18 Febbraio 2010.
- Bazzano C., Bellucci M., Faigenbaum D. (2007). Sedentarietà ed obesità giovanile: nuovi problemi sociali. Perugia: Calzetti & Mariucci Editori.
- Beccarini C., Mantovani C. et al. (2000). Insegnare lo Sport. Roma: SDS.
- Beltrami C., Mondoni M. (1988). Infanzia movimento educazione. Cremona: Padus.
- Bertini L. (2005). Attività Sportive Adattate. Perugia: Calzetti e Mariucci Editori.
- Bortoli L., Robazza C. (2008). Le motivazioni allo sport nei giovani. Sandrigo: Studio Palladio 2000 Group.
- Brigo B. (2007). La sapienza del movimento. Pioltello: Ed. Rotolito Lombardo.
- Camonico M. (2009). La pratica sportiva degli studenti delle scuole medie superiori di Bassano del Grappa. Panathlon Club Bassano del Grappa.
- Cartoni A.C., Putzu D. (1990). Ginnastica artistica femminile – tecnica, didattica e assistenza. Milano: Edizioni Ermes.
- Caruso E. (2005). Dispense tratte dal corso per animatori sportivi FGI. Monopoli.
- CAS (1997). Guida tecnica – Ginnastica. CONI.
- Casolo A. (2002). Lineamenti di teoria e metodologia del movimento umano. Milano: Vita e Pensiero.
- Castelli G. (1995). A cura di, Handicap e Sport. Milano: Unicopli.
- Castelli G. (2008). “L’Handicap con lo sport. Un’azione educativa per crescere”, in Castelli G. a cura di, Handicap e Sport. L’impegno del centro socio-riabilitativo nelle attività motorie e riabilitative. Milano: Unicopli.
- CONI – MPI (1997). Il Giosport. Roma: Ed. Atena.
- CONI (1984). Corpo, movimento, prestazione - Programma multimediale per operatori sportivi. Roma: Istituto Enciclopedico Treccani.
- Costanzo G.B. (1987). Pedagogia e didattica. Napoli: Ed. Tecnodid.
- Cottini L. (2017). Tempo libero, integrazione e qualità della vita per la persona con disabilità mentale: il ruolo della pratica sportiva. Integrazione nella rivista “L’integrazione scolastica e sociale”.
- Dispensa A. (1992). La valutazione in educazione fisica. Roma: SSS.
- Donati A. (2017). Gli allenamenti costitutivi dell’allenamento multilaterale. Senigallia.
- DSM IV (1994). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - Fourth Edition, American Psychiatric Association, Washington D.C.
- DSM V (2001). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - Fourth Edition. American Psychiatric Association, Washington D.C.
- Fabbris L. (2007). Sport, formazione e integrazione sociale. Padova: Cleup sc.
- Federalimentare/MIUR (2004). MIUR per l’Educazione Alimentare a Scuola.
- Federazione Ginnastica d’Italia. (2018). Linee guida per le attività GpT.

- Federazione Ginnastica d'Italia. (2018). Norme Tecniche sez. GpT.
- Federazione Ginnastica d'Italia (2017). Campionati Studenteschi: Programmi tecnici Ginnastica aerobica.
- Federazione Ginnastica d'Italia (quadriennio 2017-2020). Codice dei punteggi.
- Federazione Ginnastica d'Italia (quadriennio 2017-2020). Regolamenti/Codici dei punteggi Silver Ginnastica Aerobica.
- Federazione Ginnastica d'Italia. (2004). Dispense corso nazionale per insegnanti Fitness a scuola. Tirrenia.
- Federazione Ginnastica d'Italia (2008). Documento programmatico dell'attività fisica e sportiva nelle persone over 50.
- Federazione Internazionale di Ginnastica. (2016). GfA Manual. FIG.
- Federazione Internazionale di Ginnastica. About Gymnastics for All. FIG.
- Federazione Internazionale di Ginnastica. History of Gymnastics for All. FIG.
- Filippone B., Vantini C., Bellucci M., Faigenbaum A.D., Casella R., Pesce C. (2007). Trend secolari di involuzione delle capacità motorie in età scolare. Roma: SDS – preparazione atletica.
- Francesconi K., Gandini G. (2007). Muoversi per non subire il tempo. Teoria, metodologia e didattica dell'attività motoria per la terza età. Milano: Ed. Ermes.
- Garufi G., Tafuri D., Vaira L. (2008). Ginnastica, teoria, metodologia e didattica. Napoli: Idelson Gnocchi Sorbona Achivi.
- Giordano (1989). Neuropsichiatria dell'Età Evolutiva. Napoli: Idelson Gnocchi.
- Grande B., Schillaci R., Facchi G., Oberti O., Filippi (2008). Progetto "Insieme con traSPORTo. Bergamo.
- Le Boulch J. (1985). Verso una scienza del movimento umano. Roma: Armando editore.
- Madsen Kirsti Riis (1994). Rope Skipping. Sjøv sjipning - teknik og tricks. Nyborg, Skoleidraettens Forlag, Dansk Skoleidraet.
- Mandingo JL., Couture RT. (1996). An overview of the components of fun in physical education, organized sport and physical activity programs. *Avante*, 2(3), 56-72.
- Massaro E. (1983). Ginnastica e giochi per l'infanzia. Napoli: Ed. L'Ateneo.
- Massaro E., Cinque S. (1985). Guida alle attività psicomotorie. Brescia: Editrice La Scuola.
- Mezzetti R. (2012). Corporeità e gioco. Roma: Edizioni Nuova Cultura.
- Michelini L. (1991). Handicap e Sport. Roma: Società Editrice Universo.
- MIUR (2012). Indicazioni Nazionali per il curriculum della Scuola dell'Infanzia e del primo ciclo di istruzione.
- MIUR (2017). Indicazioni Nazionali e Nuovi Scenari. Roma.
- MIUR - Ministero della Salute - Università degli Studi di Torino, Padova e Siena (2014). World Health Organization – Collaborative Cross-National Study 4° Rapporto sui dati HBSC Italia, a cura di: Cavallo F., Lemma P., Dalmaso P., Vieno A., Lazzeri G., Galeone D.
- Oliverio A. (2017). Il gioco e la mente - articolo tratto dalla rivista "La Vita Scolastica" n.4-5-2017/2018.
- OMS (1997). Linee guida di Heidelberg per promuovere l'attività fisica per gli anziani. Versione italiana a cura di Federico Schena & Francesca Menna (CeBiSM - Università di Trento).
- Organizzazione Mondiale della Sanità (2006). Health behaviour in school-aged children.
- Panathlon Internazionale (2005). Educazione e Sport. I quaderni di Panathlon n.10" Atti del XIV Congresso del Panathlon International, Basel, 3/5 luglio 2003. Rapallo: Azienda Grafica Busco.
- Pieron M. (1992). Metodologia dell'insegnamento dell'educazione fisica e dell'attività sportiva. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Polini E. (2005). Sento e conosco il mio corpo. Quaderno di Ginnastica. Roma: Federazione Ginnastica d'Italia.
- Schiavon D. (1994). Avviamento alla ginnastica. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Scibinetti P., Tocci N., & Pesce C. (2011). Motor Creativity and Creative Thinking in Children: The Diverging Role of Inhibition, *Creativity Research Journal*, 23; 3, 262-272.

- Tocci, N., Scibinetti P., & Zelli A. (2004). Age and gender differences in motor creativity among Italian elementary school children. *Journal of Human Movement Studies*, 46(1), 89.
- Tonioni F. (2013). *Psicopatologia web-mediata. Dipendenza da internet e nuovi fenomeni dissociativi*. Ed. Springer.
- Unione Europea di Ginnastica. (2009). *Golden Age Gym Festival – Manual - edizione ottobre 2009*
- Villa A. (2001). *Giocare con...*. Roma: Società Stampa Sportiva.
- Villa A. (2007). *Fabulazione e drammatizzazione nelle attività motorie*”, *Quaderno di Ginnastica - Federazione Ginnastica d'Italia*.

SITOGRAFIA [11/10/2018]

- <http://www.federginnastica.it>
- <http://www.fgicampania.it>
- <http://www.fig-gymnastics.com>
- <http://www.ueg.org>
- <http://www.treccani.it/vocabolario>
- <http://www.grupporitmicatorino.it>
- Baldini V. Ginnastica uno sport per Tutti.
[http://www.federginnastica.it/documentazioni/shared_file/Formazione/Materiale%20didattico/Ginnastica Uno Sport per Tutti.pdf](http://www.federginnastica.it/documentazioni/shared_file/Formazione/Materiale%20didattico/Ginnastica%20Uno%20Sport%20per%20Tutti.pdf)
- Baldini V. GpS Ginnastica per sempre.
http://www.federginnastica.it/documentazioni/shared_file/GPS%20Tavola%20Abilita%202015/ZIP_GPS.zip.
- Bertani P. Sport ed handicap mentale, www.accaparlante.it/articolo/sport-ed-handicap-mentale-22/06/2015.
- <http://www.gymnastics.sport/site>
- Garufi G.: GG_Ginnastica. <http://www.fgicampania.it>
- Garufi G.: Storia della GG all'interno della FIG. <http://www.fgicampania.it>
- Colella D., Morano M. (2006). Attività fisica, sviluppo motorio e BMI in età evolutiva. *Italian Journal of Sport Sciences*. - fair.unifg.it

Schede Tirocinio

Sulle pagine del sito [FGI>Formazione>Centro Didattico e Ricerche - CeDiR>Circolari Formazione e Normativa Tecnici>Normativa e tabelle](#) è pubblicata la circolare che indica le modalità di svolgimento del Tirocinio, presso quali strutture possa essere svolto e il riconoscimento dei Crediti Formativi di abilità per i Tutor del tirocinio.

Per la Sezione SF, in questa fase di strutturazione del percorso didattico formativo dei TS e TR, non è richiesta la partecipazione al tirocinio.



Scheda / Diario del Tirocinio

1 ✓

2

3

Tecnico

TS

TR ✓

TF

TN

Nome Sede del Tirocinio: _____

Nome Tutor Tirocinio (TT): _____

Nome del Tirocinante: _____

Argomento Lezione	Ore	Data	Firma Tirocinante	Firma Tutor Tirocinio
Preparazione coreografica: lavoro individuale				
Preparazione coreografica: lavoro individuale				
Preparazione coreografica: lavoro individuale				
Preparazione coreografica: lavoro collettivo				
Preparazione coreografica: lavoro collettivo				
Preparazione coreografica: lavoro collettivo				
Preparazione coreografica: lavoro collettivo				
Preparazione coreografica: costruzione di un esercizio per la WG				
Preparazione coreografica: costruzione di un esercizio per la WG				
Preparazione coreografica: costruzione di un esercizio per la WG				
Espressività corporea				
Espressività corporea				
Attività per i diversamente abili				
Attività per i diversamente abili				
Attività per la Golden Age				
Attività per la Golden Age				
Attività con attrezzi occasionali				
Attività con attrezzi occasionali				
Attività alternative: clownerie, Yoga della risata, parkour				
Attività alternative: Rope Skipping				
Attività alternative: Rope Skipping				
GpTest				
GpTest				
GpTest				
N° Complessivo di ore svolte				

Il sottoscritto TT, Tecnico _____ Tessera FGI n°: _____ dichiara che
(TS,TR,TF,TN)

_____ aspirante tecnico _____ Tessera FGI n°: _____
Nome Cognome (TS,TR,TF,TN)

ha seguito n° _____ ore come sopra riportato.

(Firma)

Il Presidente della Società dichiara che propri tesserati hanno partecipato a gare

 Gold

 Silver

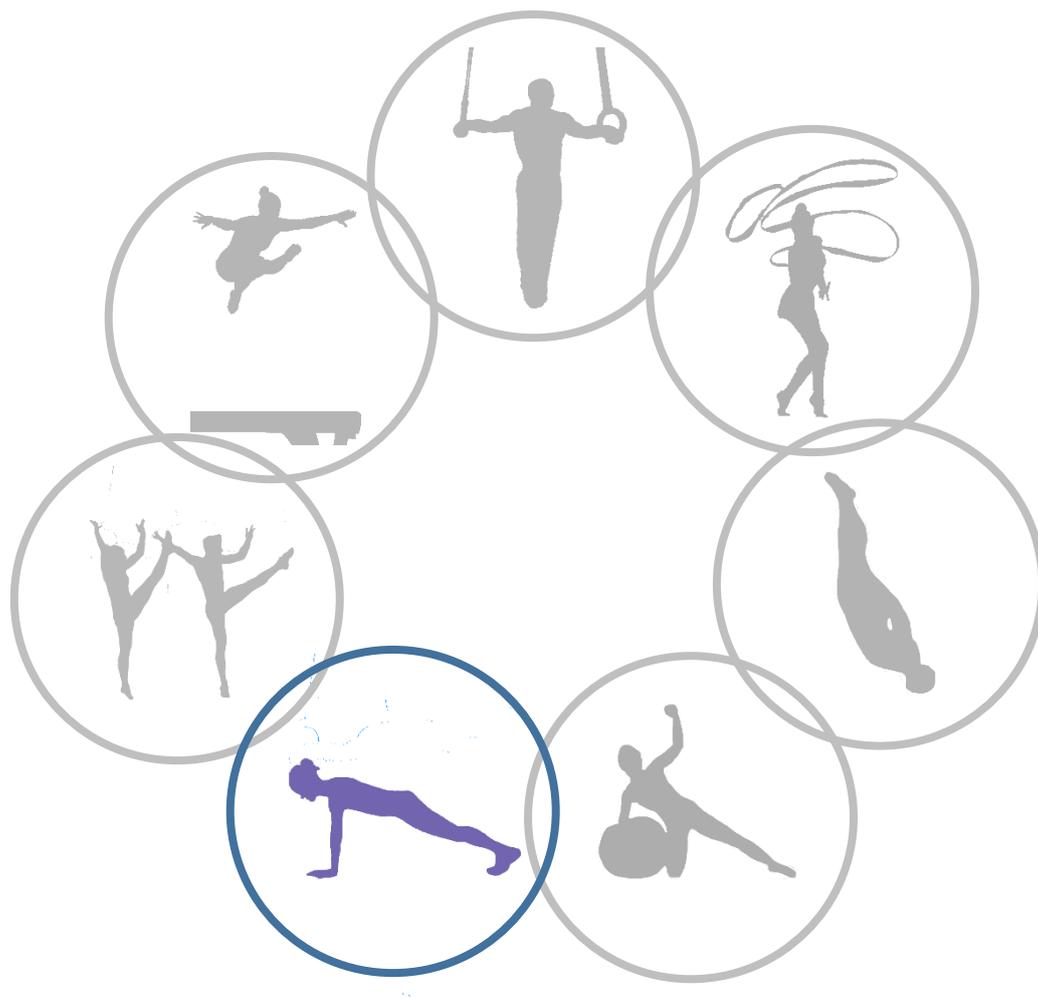
 GpT

nell'anno di svolgimento, o precedente, della somministrazione del Tirocinio della Sezione di riferimento.

(Firma del Presidente)

Salute e Fitness

I QUADERNI
DELLA
GINNASTICA



Il piano di Studi di SF per il TR è in costruzione e verrà pubblicato nella prossima edizione dei Quaderni della Ginnastica.

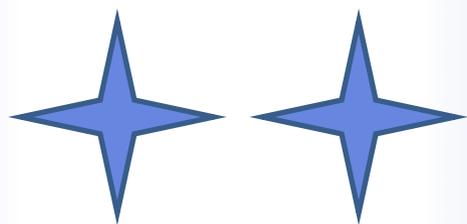
QUALIFICHE

Qualifiche

		L	A	K	E	F	P
TS	TS _B	TS _B -SF _L	TS _B -SF _A	TS _B -SF _K			
	TS _F				TS _F -SF _E	TS _F -SF _F	TS _F -SF _P
TR	TR _B	TR _B -SF _{L-A}					
	TR _F				TR _F -SF _{E-F}		
FED	TF _B	TF _B -SF _{A-L-K}	TF _B -SF _{A-L-K}	TF _B -SF _{A-L-K}			
	TF _F				TF _B -SF _{P-F-E}	TF _B -SF _{P-F-E}	TF _B -SF _{P-F-E}
Naz	TN _{BF}	TN _{BF} -TS _{ALKEFP}					

TS _B	Tecnico Societario Benessere
TS _F	Tecnico Societario Fitness
TR _B	Tecnico Regionale Benessere
TR _F	Tecnico Regionale Fitness
TR _B	Tecnico Federale Benessere
TF _F	Tecnico Federale Fitness
TN _{BF}	Tecnico Nazionale Benessere e Fitness

A	Aequilibrium
L	Life
K	Kid's
P	Parkour
F	Functional
E	Energy



Federazione Ginnastica d'Italia
Viale Tiziano 70 - 00196 Roma