



**FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA
COMITATO REGIONALE PUGLIA**

Via Madonna della Rena n. 3 – c/o Stadio della Vittoria -70123 BARI

Tel. 080 5125191 - Fax 080 5351140

e-mail cr.puglia@federginnastica.it – sito www.fgipuglia.com

**CORSO ISTRUTTORE DI BASE
SEZIONE GINNASTICA PER TUTTI**

Conferma e Pagamento

A seguito delle pre-iscrizioni pervenute allo scrivente comitato in merito al corso in oggetto, si comunica l'accettazione delle suddette pre-iscrizioni e l'attivazione del corso.

A tal fine si precisa quanto segue:

➤ **DATE E SEDI**

Modulo didattico PG1

DATA: **14 dicembre 2008**

ORARIO: dalle ore 9,00 alle ore 13,00 e dalle ore 14,30 alle ore 19,00

SEDE: Bari - presso sala della Scuola Regionale dello Sport CONI - Stadio della Vittoria n. 13

Modulo didattico PS1

DATE: **10/11/17/18 gennaio 2009**

ORARI: Sabato 10 e 17 dalle ore 15,00 alle ore 19,00

Domenica 11 dalle ore 9,00 alle ore 13,00 e dalle ore 15,00 alle ore 19,00

Domenica 18 dalle ore 9,00 alle ore 13,00

SEDE: Monopoli - presso Palestra Adriatica - Via Procaccia, Litoranea Santo Stefano (vedi piantina allegata)

ABBIGLIAMENTO CONSIGLIATO PER LA PARTE PRATICA: Tuta da ginnastica e calzini

Esame per la qualifica di Istruttore di Base GpT

DATA: **18 gennaio 2009**

ORARIO: dalle ore 15,00 alle ore 17,00

SEDE: Monopoli - presso Palestra Adriatica - Via Procaccia, Litoranea Santo Stefano (vedi piantina allegata)

➤ **QUOTE E MODALITA' DI PAGAMENTO**

La quota di partecipazione al corso è così suddivisa:

Modulo PG1 = € 70,00

Modulo PS1 = € 90,00

Esame = € 30,00

Tessera FGI = € 10,00 per i non tesserati

I partecipanti possono provvedere al pagamento delle quote a partire dal 2 dicembre 2008 versando in **unica soluzione** o in **due rate**.

Per questa ultima soluzione si procederà nel seguente modo:

- 1^ rata € 100,00 entro il 10 dicembre 2008
- 2^ rata € 90,00 (oppure € 100,00 per i non tesserati) entro l'8 gennaio 2009

Nel caso dei laureati in Scienze Motorie che parteciperanno solo ai moduli PS1 + Esame dovranno versare la quota in un'unica soluzione entro il 10 dicembre 2008.

Il versamento dovrà essere effettuato scegliendo tra le seguenti modalità:

- **Contanti o assegno** direttamente alla segreteria del Comitato aperta da Lunedì a Giovedì dalle ore 10,00 alle ore 14,00.
- **Bonifico Bancario:**
Federazione Ginnastica d'Italia - C.R. Puglia
Banca Nazionale del Lavoro di Bari agenzia 3
IBAN IT29B0100504003000000009763
La copia della ricevuta di versamento deve essere inviata (anche via fax 080/5351140 oppure per e-mail cr.puglia@federginnastica.it) al Comitato come prova dell'avvenuto pagamento.

Le pre-iscrizioni non complete dei pagamenti entro i termini fissati saranno annullate.

➤ **ALLEGATI**

Si allega alla presente piantina ed indicazione per arrivare alla palestra Adriatica e programma del corso

INDICAZIONI SU COME RAGGIUNGERE LA PALESTRA ADRIATICA DI MONOPOLI

Il centro sportivo è situato nella zona sud di Monopoli (BA) in prossimità del nuovo Palazzetto dello Sport.

E' facilmente raggiungibile:

- **Con l'auto**

SS 16 - uscita Monopoli SUD

Usciti dalla SS 16, percorrere Viale A. Moro, dopo circa 2 KM, prima di entrare nel centro abitato, svoltare a destra per il secondo sottovia ferroviario che termina in via L. Ariosto, al termine del sottovia svoltare a destra e percorrere interamente Via G. Puccini; all'incrocio svoltare a destra su Via Procaccia; dopo circa 450 metri oltrepassati i campi da calcio, svoltare a destra

- **Con il treno**

Dalla stazione ferroviaria di Monopoli con il trasporto pubblico urbano (Autobus n. 3)



PROGRAMMA

CORSO ISTRUTTORE DI BASE GPT (PG1 + PS1 + E1)

MODULO PG1: docente FGI Prof. Natalicchio e docente CONI

DOMENICA 14 dicembre 2008 - BARI - Scuola Regionale dello Sport CONI

- 09,00 - 09,30 Registrazione
- 09,30 - 10,30 Etica dello Sport
- 10,30 - 11,30 Le Competenze pedagogiche del Tecnico
- 11,30 - 12,30 Organizzazione della FGI e Regolamento Tecnico
- 12,30 - 13,00 L'apparato Locomotore
- 13,00 - 14,30 *Pausa Pranzo*
- 14,30 - 15,00 La terminologia Ginnastica
- 15,00 - 17,00 Le Capacità Motorie
- 17,00 - 19,00 Il Processo Insegnamento-Apprendimento

MODULO PS1: docente FGI Prof. Gaggioli

SABATO 10 gennaio 2009 - MONOPOLI - Palestra Adriatica

- 15.00\16.00 - Apertura del corso
 - Organizzazione tecnica della F.G.I.
 - Attività tecnica F.G.I.
- 16.00\17.00 - Schemi motori di base
 - Schema corporeo e posturale
- 17.00\18.00 - Mezzi e metodi operativi
- 18.00\19.00 - La musica

DOMENICA 11 gennaio 2009 - MONOPOLI - Palestra Adriatica

- 09.00\10.00 - Attività motoria di base
 - Struttura della lezione
- 10.00\11.00 - Qualità fisiche e capacità coordinative
- 11.00\13.00 - La golden-age
- 15.00\16.00 - Giochi motori - Gioco sport
- 16.00\17.00 - Percorsi e circuiti motori
- 17.00\18.00 - Attività di gruppo, ricreativa e del tempo libero
- 18.00\19.00 - Espressione corporea

SABATO 17 gennaio 2009 - MONOPOLI - Palestra Adriatica

- 15.00\16.00 - Uso degli attrezzi codificati e non codificati
- 16.00\18.00 - Organizzazione e gestione delle attività collettive - esibizioni di gruppo - esercizi collettivi al suolo
- 18.00\19.00 - La preparazione coreografica di base

DOMENICA 18 gennaio 2009 - MONOPOLI - Palestra Adriatica

- 09.00\13.00 - Gli elementi tecnici di base della ginnastica artistica al corpo libero
 - I salti al volteggio e al mini trampolino

ESAME 1

- 15.00\17.00 - Esame scritto e pratico