17° CORSO di SPECIALIZZAZIONE per PREPARATORE FISICO della PALLACANESTRO

Stagione Sportiva 2022/2023

BANDO DI AMMISSIONE

Il presente Bando contiene le norme di ammissione ed una traccia del programma didattico del 17° Corso di Specializzazione per Preparatore Fisico della Pallacanestro.

1. Finalità
Il Corso si propone l'obiettivo di fornire le competenze teorico/pratiche necessarie per la gestione della preparazione fisica di una squadra di pallacanestro di alto livello.

2. Destinatari
Il corso è destinato a:
a) un massimo di 30 partecipanti;
b) un massimo di 5 uditori.
Il corso non sarà attivato se non si raggiungeranno i 25 iscritti.

Le domande di ammissione al corso dovranno essere redatte come da scheda allegata e pervenire alla FIP/CNA (Via Vitorchiano, 113 – 00189 Roma - Tel. 06/33481301) via posta elettronica (allenatori@fip.it), **improrogabilmente entro il 16 ottobre 2022.**
L'iscrizione dovrà, comunque, essere formalizzata con il versamento della tassa d'iscrizione prevista nella propria utenza MyFip.

Si precisa che, come previsto dalla delibera n.442 assunta dal Consiglio Federale in data 10/05/2014, dalla stagione sportiva 2014/2015 è introdotta la qualifica di "Preparatore Fisico di Base". Tale qualifica, che potrà essere acquisita partecipando ad un percorso formativo regionale, permette l'accesso, successivamente ai due anni di tesseramento gare, al corso Preparatore Fisico.
I criteri per accedere al corso 17° corso per Preparatore Fisico sono:

- essere in possesso, da almeno due anni, della qualifica di Preparatore Fisico di Base e relativo tesseramento gare;
- essere in possesso della laurea in Scienze Motorie o Diploma ISEF

3. Periodo di svolgimento
Il corso sarà biennale e si articolerà su tre periodi residenziali:

• la prima fase si svolgerà indicativamente dall'08/12/2022 al 12/12/2022;
• la seconda fase si svolgerà indicativamente dal 21/04/2023 al 25/04/2023 (da confermare).
• la terza fase si svolgerà indicativamente a **Giugno 2023**, in concomitanza con un evento di aggiornamento per Preparatori Fisici, a cui gli iscritti al 17° corso dovranno presenziare obbligatoriamente e dove avranno luogo anche gli esami finali.

4. Luogo di svolgimento
In via di definizione la sede di svolgimento di tutte le tre fasi.

5. Quota di partecipazione
La quota di partecipazione al corso sarà di € 600,00 e verrà suddivisa in tre pagamenti:

• Il primo, all'atto dell'invio della domanda d'iscrizione, pari a € 100,00 (la quota, in caso di non ammissione, sarà restituita interamente);
• Il secondo, alla convalida dell'iscrizione, pari a € 250,00 (il versamento, in caso di mancata partecipazione al corso, non sarà restituito);

• Il terzo, prima della seconda fase, pari a € 250,00 (il versamento, in caso di mancata partecipazione al corso, non sarà restituito).

Tutti i versamenti dovranno essere effettuati direttamente nella propria utenza MyFip, selezionando il corso specifico.

Le spese di viaggio, vitto ed alloggio saranno a carico dei partecipanti.

6. Commissione Didattica

La Commissione Didattica sarà composta da Preparatori Fisici esperti della materia quali:

Prof. PANICHI Matteo
Prof. CUZZOLIN Francesco
Prof. TALIENTO Lorenzo
Prof. GUDERZO Paolo (Coordinatore Nazionale)
Prof.sa TODESCHINI Caterina
Prof. MOLINA Andrea
Prof. SANTUCCI Tommaso
Prof. SAVIOZZI Fabio
Prof. DE CONTI Dario
Prof. BOCCIA Gennaro
Prof. ARROBBIO Jacopo

Saranno individuati tra i docenti dei tutor (con un rapporto 1:6) per assistere gli allievi durante il loro percorso, nella valutazione dei tirocini didattici e nella stesura della tesi finale.

Altri docenti, esperti in materia, saranno coinvolti per tenere lezioni di approfondimento su alcune tematiche legate alla preparazione fisica.

7. Articolazione del corso
Il corso si svolgerà in una stagione sportiva, sarà residenziale e si articolerà in:

• PRIMA FASE
L'attività formativa di base includerà lezioni frontali, lavori pratici in palestra e tirocini didattici valutativi coordinati dai tutor per un totale di 40 ore di lezione. Saranno incluse 6 ore di tirocinio didattico valutativo coordinate dai tutor.

Al termine sarà previsto un test di verifica scritto sugli argomenti trattati.

• SECONDA FASE
L'attività formativa includerà lezioni frontali, e lavori pratici in palestra e stage monotematici per un totale di 42 ore di lezione. Saranno incluse 10 ore di tirocinio didattico valutativo coordinate dai tutor.

Al termine sarà previsto un test di verifica pratico sugli argomenti trattati.

• TERZA FASE
L'attività formativa includerà la partecipazione ad un evento di aggiornamento per Preparatori Fisici, organizzato in collaborazione tra C.N.A. ed A.P.F.I.P.
In questo contesto avranno luogo anche le prove d'esame finale.

8. Frequenza al corso
La frequenza alle lezioni sarà obbligatoria, non saranno ammesse assenze.

9. ESAME FINALE
L'esame finale consisterà in un colloquio che verterà su:
1) una tesina sperimentale (redatta unicamente in Power Point) su un argomento scelto e sviluppato dal candidato nel periodo che intercorre dalla fine della prima fase, al giorno dell'esame.
2) Colloquio per valutare il livello di conoscenza e competenza su tutti gli argomenti trattati durante corso.

Il punteggio della prova di esame sarà sommato al punteggio della prova scritta della prima fase, dei tirocini, alla valutazione della tesina e darà luogo al punteggio finale in TRENTESIMI.

10. Materie di insegnamento
Le principali materie d'insegnamento del corso saranno:

Prima fase

Modulo 1 – Aggiornamenti scientifici sul modello di gioco e modelli di riferimento metabolico e muscolare della pallacanestro giovanile, femminile e maschile.

Modulo 2 – Approfondimento sul concetto di funzionalità muscolo scheletrica riferita al giocatore di pallacanestro.

Modulo 3 – I metodi di valutazione specifica nell'analisi delle capacità del giocatore.

Modulo 4 - Obiettivi e metodi di lavoro per l'allenamento della rapidità e dell'agilità specifica nella pallacanestro.

Modulo 5 – L'allenamento della forza: generale e specifica

Modulo 6 - Procedure di prevenzione degli infortuni.

Seconda fase:

Modulo 7 – L'allenamento della forza adatta al giocatore e la programmazione della seduta di forza.

Modulo 8 – La stabilizzazione come presupposto per la costruzione del giocatore.

Modulo 9 - L'allenamento metabolico nella pallacanestro

Modulo 10 – Organizzazione, programmazione e periodizzazione del lavoro fisico in una squadra giovanile

Modulo 11 – La periodizzazione del lavoro fisico e tecnico in una squadra senior in previsione degli impegni agonistici.

Modulo 12 – Procedure di recupero infortuni

Modulo 13 – l'interazione del preparatore fisico con lo staff tecnico, quello medico/sanitario e quello dirigenziale in una squadra professionistica

EVENTUALI STAGE MONOTEMATICI:

• L'alimentazione e l'integrazione nello sport e nella pallacanestro.

• La moderna tecnologia di valutazione e allenamento al servizio del preparatore.

• Elementi di comunicazione e coaching

11. Programma orario del Corso

Le lezioni si terranno nelle date sopraelencate, secondo il seguente orario:
- mattino, dalle ore 8.30 alle ore 12.30;
- pomeriggio, dalle ore 15.00 alle ore 19.00;

Gli Stage monotematici si potranno tenere anche la sera dopo cena, con date ed orari da definire.

L'orario, per motivi di carattere organizzativo, potrebbe essere soggetto a piccole variazioni.

12. Criteri di selezione

Di seguito sono riportati i criteri di selezione degli aspiranti partecipanti al **17° Corso di Specializzazione per Preparatore Fisico della Pallacanestro 2022/2023.**

Il Coordinatore del Corso, in collaborazione con il C.N.A., provvederà all'esame delle candidature ed alla successiva selezione degli aspiranti al corso.

TITOLI VALUTABILI

Per accedere alla candidatura sono richiesti obbligatoriamente i seguenti titoli:

- Laurea in Scienze Motorie o Diploma ISEF.
- Essere in possesso, da almeno due anni, della qualifica di Preparatore Fisico di Base e relativo tesseramento gare.

Oltre ai requisiti obbligatori, per la stesura della graduatoria finale di ammissione, verranno valutati i seguenti titoli:

1. FORMAZIONE

1.1 LAUREA SPECIALISTICA IN SCIENZE MOTORIE (4 Punti cumulabili).

2. ATTIVITÀ TECNICA DA ALLENATORE (ultime due stagioni) titoli cumulabili:

2.1 Allenatore Nazionale (5 punti);
2.2 Allenatore (3 punti);
2.3 Allenatore/Istruttore di base (2 punti);
2.4 Valutazione esame Corso Preparatore Fisico di Base (fino a 3 punti).

3 ATTIVITA' TECNICA DA GIOCATORE:

3.1 giocatore di serie A e A2 per oltre 5 anni (2 punti);
3.2 giocatore di serie B e C per oltre 5 anni (1 punti).

4. PRODUZIONE SCIENTIFICA E INCARICHI DI DOCENZA:

4.1 Pubblicazioni tecnico-scientifiche nell'ambito sportivo (fino a 2 punti);
4.2 Docenza in materie tecnico-scientifiche nel corso di laurea in scienze motorie (fino a 2 punti).

5. AMMISSIONI SPECIALI E PER MERITI SPORTIVI:

Verranno considerate, per un numero massimo di 3 posti (10% complessivo), le candidature che presentano titoli paritetici ottenuti all'estero od eccezionali meriti sportivi ottenuti in rappresentanza della F.I.P. o con curriculum formativo non universitario di eccezionale rilievo.
Questi curriculum verranno valutati direttamente dal Direttore del Corso.

A parità di punteggio si provvederà a valutare la data di arrivo della domanda; in caso di ulteriore parità, verrà avanzata la domanda del più anziano in età.

L'ammissione o meno al corso sarà comunicata entro il **4 novembre 2022** tramite posta elettronica ad ogni singolo candidato, e sarà da considerare inappellabile.

NOTA BENE:

1- PER OPPORTUNA CONOSCENZA SI COMUNICA CHE IL 18° CORSO di SPECIALIZZAZIONE per PREPARATORE FISICO della PALLACANESTRO VERRA'

CALENDARIZZATO IN UN'UNICA SESSIONE RESIDENZIALE INDICATIVAMENTE A LUGLIO 2023.

2- TUTTE LE COMUNICAZIONI AVVERRANNO TRAMITE POSTA ELETTRONICA.

Si consiglia caldamente a tutti i corsisti di munirsi del computer portatile e di una chiavetta di memoria usb, indispensabili per il passaggio del materiale didattico.

Tutte le lezioni del corso verranno filmate e messe a disposizione dei corsisti nella piattaforma online.

17° CORSO di SPECIALIZZAZIONE PER PREPARATORE FISICO DELLA PALLACANESTRO
Stagione Sportiva 2022/2023

DOMANDA DI AMMISSIONE

Il sottoscritto/a _____ Nato/a a _____

prov._____ il _____ Codice Fiscale _____

residente a _____ prov. _____ C.A.P. _____regione _____

Via/piazza_____

(Qualifica CNA _____, N° Tessera _____)

CHIEDE

di essere ammesso/a alla Selezione per titoli del 17° Corso di Specializzazione per Preparatore Fisico della Pallacanestro.

Si allega, COPIA DEL CERTIFICATO DI LAUREA IN SCIENZE MOTORIE o DEL DIPLOMA ISEF, ed il curriculum:

1. CORSO PFB frequentato e valutazione esame
2. ATTIVITÀ DI TECNICO/ALLENATORE (elencare)
3. ATTIVITA' DI PREPARATORE FISICO (elencare)
4. PRODUZIONE SCIENTIFICA E INCARICHI DI DOCENZA (elencare)

Indicare i principali titoli, tenendo conto dei criteri di selezione indicati al Punto 12 del Bando, allegando l'opportuna documentazione.

Il/La sottoscritto/a chiede che ogni comunicazione relativa al corso venga inviata al seguente indirizzo posta elettronica:

indirizzo posta elettronica (in stampatello) _____@_____

telefono_____/_____ cell. _____/_____

luogo e data _____

Firma per esteso _____