



Palermo 5 Febbraio 2021

Prot.n° 05/21/COM

Oggetto: Corso per insegnanti tecnici - Giudici, Arbitri, Allenatori e Istruttori, (Kick Boxing Karate Point)

Il Comitato Regionale M.S.P. Sicilia ha programmato per l'anno 2021 i corsi in oggetto.

DURATA

Corso Allenatore: minimo 40 ore frontali in modalità ONLINE e 70 di studio personale

Corso Istruttore: minimo 60 ore frontali in modalità ONLINE e 100 di studio personale

Corso Arbitri: minimo 11 ore frontali in modalità ONLINE e 25 ore di esercitazioni pratiche.

SEDE E DATE

Palermo: organizzazione Comitato Regionale M.S.P.

Presso: Sede MSP Palermo – MSP Trapani



Corso Arbitri / Giudici:

Prima lezione: sabato 27 Febbraio 2021 Ore 9:00/14:00 – 15:00/17:00 tot 7 ore

Seconda lezione: domenica 28 Febbraio 2021 Ore 9:00/13:00 – tot 4 ore 13:30/14:30 esame finale.

Esami 21 Febbraio 2021 sede MSP (Pa)

Corso Allenatore:

Prima lezione: sabato 27 Febbraio 2021; Ore 9:00/14:00 – 15:00/18:00 tot 8 ore.

Seconda lezione: domenica 28 Febbraio 2021; Ore 9:00/13:00 – 15:00/18:00 tot 7 ore

Terza lezione: sabato 06 Marzo 2021; Ore 9:00/13:00 – 14:00/18:00 tot 8 ore

Quarta lezione: domenica 07 Marzo 2021; Ore 9:00/12:00 – 15:00/18:00 tot 6 ore

Quinta lezione: sabato 13 Marzo 2021; Ore 9:00/13:00 – 14:00/17:00 tot 7 ore

Sesta lezione: domenica 14 Marzo 2021; Ore 9:00/13:00 tot 4 ore;

Esame finale Ore 13:30/14:30

Esami 14 Marzo 2021 sede MSP (Pa)

Corso Istruttore:

Prima lezione: domenica 14 Marzo 2021; Ore 14:00/18:00 tot 4 ore

Seconda lezione: sabato 20 Marzo 2021; Ore 9:00/13:00 – 14:00/17:00 tot 7 ore

Terza lezione: domenica 21 Marzo 2021; Ore 9:00/14:00 – 15:00/17:00 tot 7 ore

Quarta lezione: sabato 27 Marzo 2021; Ore 9:00/11:00 tot 2 ore

Esame finale Ore 11:30/12:30

Esami 27 Marzo 2021 sede MSP (Pa)

COSTI

Arbitri - € 50,00

Allenatori - € 220,00

Istruttori - € 260,00

Conversione diploma Allenatore - € 75 (si dovranno seguire il 50% delle ore di lezioni)

Conversione diploma Istruttore - € 95 (si dovranno seguire il 50% delle ore di lezioni)

Ad ogni corsista verrà consegnata una Maglietta o polo, il conseguimento dell'attestato avverrà solamente dopo aver superato il test finale.

N.b:

Le Iscrizioni dovranno essere effettuate entro giorno 23 Febbraio 2021.

Per convalidare l'iscrizione sarà necessario inviare copia del pagamento e scheda di iscrizione al seguente indirizzo di posta elettronica info@mspsicilia.it

I versamenti possono effettuarsi:

- tramite bonifico bancario presso: Intesa San Paolo
- Conto intestato a:
 - MSP Sicilia
 - Via Alfredo Casella, 11 – 90145 Palermo
 - Iban: IT 73 C 03069 09606 100000 111109
- tramite bonifico su conto corrente postale.
- Conto intestato a:
 - MSP Sicilia
 - Via Alfredo Casella, 11 – 90145 Palermo
 - c/c n°: 14746952

CORSO GIUDICI ed ARBITRI:

La qualifica di Giudice ti consente di gestire il tavolo da gara, quella di Arbitro (rivolta solamente a chi possiede già la cintura marrone) consente di poter assegnare i punteggi o i verdetti degli atleti che si contendono la vittoria di quell'incontro.

Giudice: qualifica rilasciata da M.S.P. Requisiti minimi di ingresso: scuola dell'obbligo, 18 anni compiuti.

Arbitro: qualifica rilasciata da M.S.P. Requisiti minimi di ingresso: possesso Cintura Marrone, scuola dell'obbligo ed aver compiuto 18 anni.

Documento rilasciato: Diploma di qualifica tecnica come: Giudice / Arbitro di kickboxing

PROGRAMMA DEL CORSO PER LA QUALIFICA DI GIUDICE ED ALLENATORE

ARGOMENTI	CONTENUTI	ORE
Presentazione del Corso	Saluti del presidente e delucidazioni sulle modalità di svolgimento del corso	1

Storia, struttura dell'e.p.s.	Nascita, cronologia storica, le specialità, mettere a conoscenza dei discenti gli spazi operativi dell'E.P.S.	2
Primo soccorso	Cenni sul primo intervento, chiamata al 118, Cenni di traumatologia sportiva generale	2
Arbitraggio	Regolamenti di gara per tutte le discipline (indicazioni di studio)	2
Arbitraggio	Aspetti tecnici sulle movenze e la gestualità degli arbitri e giudici	2
Aspetti Normativi	Responsabilità civili e penali	2

	Totale parziale	11
	Ore studio a casa	20
	Ore stage e pratica	25
	Totale ore	56

Testi: dispense specifiche “conoscenza dei vari regolamenti di gara nelle varie specialità”

Verifica finale: questionario test 20 domande a risposte multiple- ½ ora di tempo. Colloquio con la commissione esaminatrice. La verifica finale sarà svolta alla presenza di un membro della SNF il quale fungendo da Commissario esterno farà parte della commissione esaminatrice e sarà responsabile della somministrazione del questionario ai corsisti.

Documento rilasciato: Diploma di qualifica tecnica come: Giudice / Arbitro di kickboxing

CORSO ALLENATORI:

E' questa la prima qualifica di operatore sportivo in M.S.P. La qualifica non abilita ad agire in completa autonomia sul campo, ma in ausilio e supporto, alle dirette dipendenze di un tecnico esperto per un periodo di praticantato. E' il livello iniziale all'esperienza propedeutica all'insegnamento tecnico. L'Allenatore esegue e mette in pratica le direttive del suo tecnico e tutor supervisionante.

Allenatore: QUALIFICA rilasciata da M.S.P. Requisiti minimi di ingresso: possesso Cintura Marrone Scuola dell'Obbligo, 18 anni compiuti.

PROGRAMMA DEL CORSO PER LA QUALIFICA DI ALLENATORE

ARGOMENTI	CONTENUTI	ORE
Presentazione del Corso	Saluti del presidente e delucidazioni sulle modalità di svolgimento del corso	1

Medicina dello sport	Ricevere nozioni legate all'ambito sportivo della medicina Conoscenze di base su doping e regolamenti sulle direttive sanitarie	3
Storia, struttura federale e regolamenti	Nascita, cronologia storica, le specialità, ruoli e compiti dell'allenatore	2
Regolamento di gara, competenze di Allenatore	Regolamenti di gara per tutte le discipline (indicazioni di studio)	2
Aspetti tecnici sulle movenze e gestualità degli arbitri e giudici	Portare ad un livello indipendente l'allenatore formato per quanto concerne le varie fasi di una gara	2
Psicologia dello sport	Motivazione, Obiettivi, Metodi di insegnamento	4
Aspetti Normativi	Responsabilità degli arbitri nella gestione degli incontri	3
Didattica	Ruoli e compiti dell'allenatore. Struttura di una lezione	6
Anatomia	Assi e piani. Apparato locomotore (osteo-articolare e muscolare)	4
Fisiologia	Apparato cardio circolatorio, sistema nervoso, sistema muscolare (fibre muscolari e tipi di contrazioni).	4
Alimentazione	Macronutrienti e micronutrienti, fabbisogno calorico. Principi di un'alimentazione corretta	3
Primo soccorso	Cenni sul primo intervento, chiamata al 118, Cenni di traumatologia sportiva generale	2
Metodologia dell'allenamento	Definizione delle capacità motorie. Definizione di allenamento. La teoria della supercompensazione. Mobilità articolare (teoria) ed esercitazioni pratiche (stretching dinamico, stretching statico)	4

	Totale ore frontali	40
	Ore studio a casa	70
	Ore stage e pratica	40

Totale ore	150
------------	-----

Testi: dispense specifiche “preparazione atletica per gli sport da combattimento e arti marziali”

Verifica finale: questionario test 30 domande a risposte multiple ½ ora di tempo. Colloquio con la commissione esaminatrice. La verifica finale sarà svolta alla presenza di un membro del quadro formatori Nazionali M.S.P., il quale fungendo da Commissario esterno farà parte della commissione esaminatrice e sarà responsabile della somministrazione del questionario ai corsisti.

Documento rilasciato: Diploma di qualifica tecnica come: Allenatore di kickboxing

CORSO ISTRUTTORI:

E' il livello di formazione iniziale dei tecnici sportivi la natura dei percorsi di acquisizione della qualifica. Per il conseguimento della qualifica sarà necessario che l'operatore abbia raggiunto i necessari risultati di apprendimento corrispondenti alle competenze richieste.

Istruttore: QUALIFICA rilasciata da M.S.P. Requisiti minimi di ingresso: possesso Cintura Nera I dan Scuola dell'Obbligo, 18 anni compiuti.

PROGRAMMA DEL CORSO PER LA QUALIFICA DI ISTRUTTORE:

ARGOMENTI	CONTENUTI	ORE	
Tecnica e Tattica	Definizione di allenamento e delle capacità motorie, mobilità articolare e stretching dinamico e statico	4	nuov
Normativa fiscale	Normativa fiscale	3	nuov
Psicologia dello sport	Le abilità mentali	2 (4 ist)	2
Anatomia e Fisiologia	Sistemi energetici. Attivazione neuro-muscolare.	4 (8 ist)	4
Alimentazione	Macronutrienti, nutrizione sportiva, differenze per tipo di Sport. Fase di allenamento e competitiva. Disturbi alimentari (anoressia, bulimia, triade, ecc.)	2 (3 Ist)	2
Periodizzazione	Periodizzazione dell'allenamento	5	nuov

Totale ore frontali sommate al primo corso di allenatore(20+40)	60
Ore studio a casa	100

Ore stage e pratica	40
Totale ore	200

Testi: dispense specifiche e libro “preparazione atletica per gli sport da combattimento e arti marziali”

Verifica finale: questionario test 30 domande a risposte multiple e aperte 1 ora di tempo. Colloquio con la commissione esaminatrice. La verifica finale sarà svolta alla presenza di un membro del quadro formatori Nazionali M.S.P., il quale fungendo da Commissario esterno farà parte della commissione esaminatrice e sarà responsabile della somministrazione del questionario ai corsisti.

Documento rilasciato: Diploma di qualifica tecnica come: Istruttore di Kickboxing

SEGRETERIA

MSP SICILIA