

## **CORSO DI FORMAZIONE TECNICO DI 2° LIVELLO Maestro Federale Nazionale, disciplina BREAK DANCE**

FORMIA – primo e secondo modulo: 11-15 MARZO 2020

*La Federazione Italiana Danza Sportiva attraverso la Scuola Federale, con la collaborazione della Scuola dello Sport del CONI, organizza un corso di formazione e di aggiornamento per il conseguimento della qualifica da tecnico di 2° livello – Maestro Federale Nazionale nella disciplina Break Dance.*

### **Destinatari**

Alla prova potranno partecipare tutti i tecnici già in possesso della qualifica di Maestro Federale Nazionale nella disciplina Street Dance così come tutti i tecnici che intendono conseguire il titolo ex novo. Ciascun partecipante dovrà vantare regolare tesseramento tecnico FIDS per la stagione sportiva 2019/2020.

Il corso è strutturato in due moduli e si svolgerà presso:

**CENTRO DI PREPARAZIONE OLIMPICA DI FORMIA**

Via Appia, 175 04023 Formia (LT)

Tel. +39 0771 32191 - Fax +39 0771 3219292

email: [cpoformia@coni.it](mailto:cpoformia@coni.it)

*Per prenotazioni è stata accordata con il Centro Olimpico di Formia una apposita convenzione (camera doppia 55 Euro al giorno a testa in pensione completa; camera singola 70 euro al giorno in pensione completa).*

### **Attività di aggiornamento**

Per i tecnici già in possesso della qualifica, la partecipazione ad almeno il 90% delle lezioni del corso consente l'attribuzione di n. 4 crediti formativi da utilizzare per le attività di formazione continua dei tecnici federali. Sono ammesse assenze al massimo per il 10% della durata complessiva purchè le ore di assenza non siano continuative.

### **Prova d'esame**

Al termine della seconda parte del corso di formazione si svolgerà l'esame per coloro che non sono in possesso della qualifica. La prova consisterà in una verifica orale/pratica sui contenuti oggetto del corso. La Commissione d'esame verrà nominata dal Presidente Federale con proprio provvedimento. I compiti di segreteria saranno svolti da personale federale.

### **Domanda di partecipazione e costo**

Il costo di partecipazione al corso ammonta a € 200,00 (primo e secondo modulo).

La conferma di adesione dovrà essere inviata **entro il 1° marzo 2020** all'indirizzo e-mail [formazione@fids.it](mailto:formazione@fids.it) allegando il bonifico del versamento della somma di € 200,00 sul conto corrente IBAN IT23W 07601 03200 0000 69122711 o sul c/c postale 69122711 intestati a **Federazione Italiana Danza Sportiva - causale: CBRE110320.**

Il non superamento dell'esame o la mancata partecipazione non consente il rimborso della quota di iscrizione. Le eventuali spese di trasferimento, vitto ed alloggio si intendono sempre a carico di ciascun partecipante.

*Ai sensi delle vigenti disposizioni in materia di privacy - Regolamento (UE) 2016/679 del Parlamento europeo e del Consiglio del 27 aprile 2016 dichiaro di essere informato che i dati raccolti saranno trattati anche con strumenti informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale i dati di cui sopra sono resi e che al riguardo competono al sottoscritto tutti i diritti previsti dalla medesima legge.*

## PRIMO MODULO

### 11-12 marzo 2020

<b>Mercoledì 11 marzo</b>		
8.30 - 9.00	Accredito dei partecipanti	
9.00 - 12.00	<b>Ordinamento Sportivo. Codice di comportamento sportivo. Codice Etico</b>	<i>Michele Barbone</i>
12.00 - 13.00	<b>Storia della Disciplina</b>	<i>Edilio Pagano</i>
13.00 - 15.00	<i>Pausa pranzo</i>	
15.00 - 17.00	<b>Studio della tecnica di Footworks, Feezer, Toprocks</b>	<i>Giuseppe Di Mauro</i>
17.00 - 19:00	<b>Elementi di Preacrobatica</b>	<i>Giuseppe Di Mauro</i>
<b>Giovedì 12 marzo</b>		
09.00 - 11.00	<b>Lezioni di Tecnica</b>	<i>Giuseppe Di Mauro</i>
11.00 - 13.00	<b>Lezioni di Tecnica e Storia della musica</b>	<i>Giuseppe Di Mauro</i>
13.00 - 15.00	<i>Pausa Pranzo</i>	
15.00 - 17.00	<b>Introduzione al Freestyle - Battle</b>	<i>Giuseppe Di Mauro</i>
17.00 - 19.00	<b>Strategia di Battle</b>	<i>Giuseppe Di Mauro</i>

## SECONDO MODULO

### 13-15 marzo 2020

<b>Venerdì 13 marzo</b>		
8.30 - 9.00	Accredito dei partecipanti	
09.00-10.30	<b>Carte Federali</b>	<i>Michele Barbone</i>
10.30-11.30	<b>Il corretto uso dei pesi</b>	<i>Antonio Urso</i>
11.30-13.00	<b>Metodologia dell'Allenamento</b> Le capacità motorie: classificazione, rapporto tra capacità ed abilità. Il concetto di carico fisico. La distribuzione del carico.	<i>Felice Romano</i>
13.00 - 14.30	<i>Pausa pranzo</i>	
15.00-19.00	<b>Metodologia dell'Allenamento</b> La programmazione dell'allenamento Mezzi e metodi di allenamento per lo sviluppo della forza-velocità - resistenza e mobilità articolare	<i>Felice Romano</i>
<b>Sabato 14 marzo</b>		
09.00 - 13.00	<b>Metodologia dell'insegnamento</b> Il processo di insegnamento e apprendimento Le fasi dell'apprendimento La programmazione didattica Come osservare atleti e squadre Come comunicare efficacemente	<i>Claudio Mantovani</i>
13.00 - 14.30	<i>Pausa pranzo</i>	
14.30 - 16.30	<b>Esercizio propriocettivo a piedi nudi per migliorare equilibrio, tono e forza muscolare per la prevenzione degli infortuni</b>	<i>Docente della Human Tecar</i>
16.30 - 19.30	<b>Tecniche di Respirazione</b>	<i>Erika Regulyova</i>
<b>Domenica 15 marzo</b>		
9.00 - 12.00	<b>Elementi di preparazione fisica</b>	<i>Davide Barbone</i>
12.00- 13.00	<b>Prova di verifica</b>	-
13.00 - 13.30	<i>Sintesi finale dei lavori. Chiusura del corso</i>	<i>FIDS</i>

## CORSO DI FORMAZIONE TECNICO DI 2° LIVELLO Maestro Federale Nazionale, disciplina BREAK DANCE

FORMIA – primo e secondo modulo: 11-15 MARZO 2020

### SCHEMA DI ADESIONE

DA COMPILARE IN STAMPATELLO

Cognome	Nome	
Luogo e data di nascita:		
Residenza - via	Città	Prov
e-mail:		
Codice Fiscale:		
Tel.:		
ASA di appartenenza		
Codice ASA		
Tessera FIDS		

chiede di partecipare al

Corso di formazione per tecnico federale di Break Dance della FIDS che si terrà a Formia presso CONI - Centro di Preparazione Olimpica – via Appia lato Napoli, 175 – 04023 Formia (LT) come descritto nella circolare informativa

*Ai sensi delle vigenti disposizioni in materia di privacy - Regolamento (UE) 2016/679 del Parlamento europeo e del Consiglio del 27 aprile 2016 dichiaro di essere informato che i dati raccolti saranno trattati anche con strumenti informatici, esclusivamente nell'ambito del procedimento per il quale i dati di cui sopra sono resi e che al riguardo competono al sottoscritto tutti i diritti previsti dalla medesima legge.*

Firma leggibile

---

Il costo di partecipazione al corso ammonta a € 200,00.

La conferma di adesione dovrà essere inviata **entro il 1° marzo 2020** all'indirizzo e-mail [formazione@fids.it](mailto:formazione@fids.it) allegando il bonifico del versamento della somma di € 200,00 sul conto corrente IBAN IT23W 07601 03200 0000 69122711 o sul c/c postale 69122711 intestati a **Federazione Italiana Danza Sportiva - causale: CBRE110320**.

