



CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.
D. Lgs n. 242 del 23-7-1999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)
ENTE NAZIONALE CON FINALITA' ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL'INTERNO
(D.M. 559/C. 3206.12000.A. [101] DEL 29 FEBBRAIO 92)
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE – iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. e Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)



Certificato n. 28746/13/S
Progettazione ed Erogazione
Eventi e Formazione

Il Centro Sportivo Educativo Nazionale CSEN

Nel quadro delle iniziative formative promosse dall'ente per l'anno scolastico 2017/2018 inerenti la Direttiva del Ministero dell'Istruzione n° 170/2016 (che sostituisce la direttiva n° 90 dell'1/12/2003) in materia di formazione del personale della scuola di ogni ordine e grado

Organizza

In collaborazione con l'Associazione Sportiva Dilettantistica Nordic Walking ITALIA e l'Università di Verona Presidio di Scienze Motorie

un Corso Nazionale di Aggiornamento e Formazione per Dirigenti Scolastici e Docenti di Scienze Motorie della Scuola Secondaria di 1° e 2° grado sul tema:

"Il Nordic Walking per la Scuola, un'attività fisica e sportiva per migliorare l'inclusione sociale e il benessere "

PERIODO DI SVOLGIMENTO:

13 – 14 Marzo 2020

Relatori

Dott.ssa Francesca Vitali Psicologa dello Sport, Ricercatrice e Professore Assistente presso il Dipartimento di Neuroscienze Biomedicina Movimento dell'Università di Verona, editore del Giornale Italiano di Psicologia dello Sport

Dott.ssa Raffaella ROSA fisioterapista – Tecnico Nazionale NW ANWI UniVr 4° Liv. SnaQ Coni – International Trainer INWA and Research Manager – Docente Tecnica e Didattica del NW presso Università di Verona Presidio di Scienze Motorie – Membro Comitato Scientifico Corsi di Specializzazione NW UniVr

Prof.ssa Loredana LONATI Docente di Scienze Motorie Istituto Istruzione Secondaria di II° - Referente Progetti Promozione alla Salute Istituto di Titolarità - Tecnico Nazionale NW UniVr 4° Liv. SnaQ Coni – Membro Comitato Scientifico Corsi di Specializzazione NW Università di Verona

OBIETTIVI DEL CORSO:

- Acquisire la tecnica globale del Nordic Walking
- Saper programmare Work Out di Nordic Walking per tutte le componenti scolastiche (studenti, docenti, personale Ata)



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

VIA L. BODIO, 57 – 00191 ROMA
TEL. 06.329.18.53 – 06.329.48.07 – 06.329.47.02 FAX 06.329.23.97
www.csen.it – e-mail: info@csen.it



Comitato Italiano Paralimpico
Italian Paralympic Committee



CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.
D. Lgs n. 242 del 23-7-1999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)
ENTE NAZIONALE CON FINALITA' ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL'INTERNO
(D.M. 559/C. 3206.12000.A. [101] DEL 29 FEBBRAIO 92)
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE – iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. e Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)



Certificato n. 28746/13/S
Progettazione ed Erogazione
Eventi e Formazione

- Saper organizzare uscite sul territorio e promuovere la salute attraverso buone pratiche
- Saper progettare e condurre attività fisica inclusiva adatta anche a studenti sedentari, con patologie metaboliche e disturbi posturali

Luogo di svolgimento: Presso Croce Verde - via Aurelia 48 - Arma di Taggia (IM)

DURATA DEL CORSO: 20 ORE

- CORSO A NUMERO CHIUSO minimo 15 partecipanti e un massimo di 35 partecipanti -

ISCRIZIONI: dal 16 Settembre 2019 al 6 Marzo 2020

PROGRAMMA CORSO

Venerdì 13 Marzo 2019

Ore 8,30 registrazione partecipanti

Ore 9 Inizio Lavori in aula

Dott.ssa Raffaella Rosa

- **Il Nordic Walking: Cenni Storici**
- **Tecnica del Nordic Walking** secondo i 10 step ANWI-INWA
- **I benefici sulla salute** presentazione di alcune evidenze scientifiche

ore 11 **Work Shop Pratico**

- Il Cammino
- La Postura
- L'Utilizzo Corretto Dei Bastoncini

Ore 13,30 **Lunch Break**

Ore 14,30 **Ripresa Lavori in aula**

Prof.ssa Loredana Lonati

Il Nordic Walking nella Scuola dell'Accoglienza e dell'Inclusione

- Lo sviluppo delle capacità motorie attraverso buone pratiche
- Didattica del NW un'ipotesi di lavoro per la scuola
- Attività fisica e sportiva per persone sane e speciali: il concorso interscolastico di regolarità



VIA L. BODIO, 57 – 00191 ROMA
TEL. 06.329.18.53 – 06.329.48.07 – 06.329.47.02 FAX 06.329.23.97
www.csen.it – e-mail: info@csen.it



Comitato Italiano Paralimpico
Italian Paralympic Committee





CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL C.O.N.I.
D. Lgs n. 242 del 23-7-1999 (Delibera C.N. CONI n. 1224 del 15-5-2002)
ENTE NAZIONALE CON FINALITA' ASSISTENZIALI RICONOSCIUTO DAL MINISTERO DELL'INTERNO
(D.M. 559/C. 3206.12000.A. [101] DEL 29 FEBBRAIO 92)
ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE – iscriz. N. 77 Reg. Naz. Min. Lav. e Politiche Soc. (L. 7-12-2000 n. 383)



Member of the Federation C3G
Certificato n. 28746/13/S
Progettazione ed Erogazione
Eventi e Formazione

Ore 16,30 **Work Shop Pratico**

Esercizi e giochi di gruppo: dal benessere all'attività sportiva

Ore 19 **fine lavori**

Sabato 14 Marzo 2019 attività di laboratorio a gruppi e work shop pratico

Dott.ssa Raffaella Rosa – Prof.ssa Loredana Lonati

Ore 8,00 ritrovo

Ore 8,30 riprese video “tecnica del cammino”

Ore 10 in aula

Dott.ssa Francesca Vitali

- Esercizio fisico e sviluppo cognitivo per persone sane e speciali: imparare ad imparare divertendosi
- Esercizio fisico e sport, una possibilità di inclusione sociale

Ore 11 Work Shop pratico esercitazione sul clima didattico in educazione fisica

Ore 12,30 pausa pranzo

Ore 14 ripresa lavori:

- Progettazione e programmazione attività fisica e sportiva indoor e outdoor
- Sperimentazione pratica in ambiente naturale
- Ore 16 attività di restituzione in aula
- Ore 18 termine lavori

Ai partecipanti verrà consegnato materiale informativo degli argomenti trattati durante il Corso.

Per ulteriori informazioni e iscrizioni rivolgersi al Direttore del corso Loredana Lonati:
mail anwibrescia@gmail.com – cell. 3280863976

Direttore resp. del corso Loredana Lonati

***I DOCENTI PARTECIPANTI USUFRUIRANNO DELL'ESONERO DALL'OBBLIGO SCOLASTICO
art. 64 del CCNL AL DIRITTO ALLA FORMAZIONE***



Il corso prevede l'accettazione del buono docenti

Costo € 230,00



VIA L. BODIO, 57 – 00191 ROMA
TEL. 06.329.18.53 – 06.329.48.07 – 06.329.47.02 FAX 06.329.23.97
www.csen.it – e-mail: info@csen.it

