



# CONI

SCUOLA  
DELLO SPORT

FRIULI VENEZIA GIULIA

# PIANO FORMATIVO



## 2015



*“Apprendere significa utilizzare un significato che abbiamo già costruito, per orientare il nostro modo di pensare, agire o sentire nei riguardi di ciò che stiamo vivendo nel presente. Trovare un significato vuol dire dare senso, o coerenza, alle nostre esperienze: il significato è una forma di interpretazione”.*

(J. Mezirow)





**CONI**  
SCUOLA  
DELLO SPORT

FRIULI VENEZIA GIULIA

# PIANO FORMATIVO 2015





## IL SALUTO DEL PRESIDENTE

La promozione della cultura e della professionalità dei nostri dirigenti sportivi e allenatori è l'obiettivo che si pone la Scuola Regionale dello Sport nell'ambito dell'attività del Comitato Regionale del CONI del Friuli Venezia Giulia.

Formazione, documentazione e ricerca rappresentano le tre aree di intervento previste nell'ambito dell'attività della stessa, nelle quali rientrano rispettivamente: convegni, seminari e corsi di formazione, pubblicazioni tecniche, scientifiche e didattiche nonché collaborazioni con Università ed enti culturali.

L'inserimento della Scuola Regionale dello Sport nella LR 3/2002, che da anni prevede interventi a favore della stessa, è indicatore significativo del riconoscimento e del lavoro svolto in questi.

Nell'ottica di offrire un servizio sempre più adeguato a tutte le componenti del mondo sportivo e sociale, e in linea con la Scuola dello Sport Nazionale, ho il piacere di presentare il Piano Formativo della Scuola Regionale dello Sport Friuli Venezia Giulia per l'anno 2015.

Per i contenuti, oltre a recepire gli indirizzi programmatici indicati a livello nazionale, si è voluto dar corso alle esigenze ed alle richieste emerse sul territorio regionale.

Sono certo che questa nuova programmazione, di cui tutti potranno gratuitamente beneficiare, troverà largo accoglimento anche in relazione alla ricca offerta presentata.

**Ing. Giorgio Brandolin**  
*Presidente C.O.N.I. e Scuola regionale dello Sport  
Friuli Venezia Giulia*

## LE SCUOLE REGIONALI DELLO SPORT

“Le Scuole Regionali dello Sport sono strutture dei Comitati Regionali del CONI deputate, sul proprio territorio, all’attività di formazione, documentazione, ricerca e diffusione culturale in ambito sportivo. Hanno come riferimento la Scuola dello Sport per le linee scientifiche, didattiche e metodologiche, i contenuti ed i programmi delle attività.

I contatti con le Scuole Regionali fanno prevedere un 2015 ricco di iniziative ampie e diversificate in armonia con la Scuola dello Sport ed un rafforzamento della collaborazione con le Federazioni sportive e le Discipline associate soprattutto nella proposta formativa dei corsi di 1° e 2° livello.

Nell’anno 2015 è prevista una forte sinergia tra Scuola dello Sport e Scuole Regionali, attraverso progettualità ed iniziative comuni e nell’ambito delle attività di servizio a favore del sistema sportivo italiano.” (Scuola dello Sport - Piano Formativo 2015).

Alla luce di quanto sopra, la **Scuola Regionale dello Sport del Friuli Venezia Giulia** intende offrire il seguente Piano Formativo Regionale 2015. Il Piano è diviso in 4 sezioni, in base ai destinatari e/o alla tipologia di offerta:

**1 SEMINARI TECNICI:** riferiti ai diversi ambiti in cui si possono muovere le attività dei Tecnici, Istruttori e Allenatori delle diverse Federazioni Sportive Nazionali (FSN) ed Enti di Promozione Sportiva (EPS). Obiettivo di questi seminari è definire, condividere e applicare un approccio metodologico - omogeneo e mutuato dalla recente letteratura internazionale - in tutte le organizzazioni sportive. Visto il carattere preminentemente tecnico, destinatari preferenziali sono perciò tutti gli allenatori delle società operanti in regione e fuori regione, delle diverse FSN, ma anche studenti, specializzandi in Medicina dello Sport e laureati in Scienze Motorie.

Anche figure dirigenziali all’interno delle diverse società, EPS e FSN (Direttori Sportivi, Direttori Tecnici, Responsabili di Settore Giovanile, ecc) possono avvalersi con efficacia di tali contributi specifici.

- 2 SEMINARI PER IL MONDO SCOLASTICO:** definire e sperimentare l'applicazione di approcci metodologici idonei al mondo della scuola, anche e soprattutto mediante momenti di laboratorio, è l'obiettivo principale di questi seminari. Destinatari preferenziali sono i docenti delle scuole di ogni ordine e grado (in particolare della Scuola dell'Infanzia, della Scuola Primaria e della Scuola Secondaria di 1° Grado) ma anche i Tecnici delle diverse FSN e degli EPS e gli studenti e laureati in scienze motorie i quali possono ricavare da questi incontri contributi importanti per le attività presso le società sportive.
- 3 CONVEGNI:** rappresentano il fiore all'occhiello del Programma di Formazione Regionale 2015. Con contributi anche di Esperti di livello nazionale ed internazionale, verranno approfonditi temi di particolare interesse per il mondo sportivo e delle attività motorie. Destinatari sono tutti coloro che con ruoli diversi (tecnici, dirigenti, collaboratori, docenti) lavorano nel mondo delle società sportive, delle FSN, degli EPS, nella scuola e nella Formazione Sportiva (studenti, specializzandi in Medicina dello Sport e laureati in Scienze Motorie).
- 4 SEMINARI AREA MANAGERIALE:** rivolti in particolare ai Dirigenti Sportivi (ma di grande utilità anche per tutti i Tecnici e gli Insegnanti di ogni Ordine e Grado della Scuola), questi seminari hanno l'obiettivo di sensibilizzare verso tematiche che vanno dalla responsabilità fiscale degli amministratori alla responsabilità civile di chi lavora direttamente con i giovani.

Confidiamo che questo **Piano Formativo Regionale 2015**, che rappresenta una novità per il nostro Territorio, possa essere un valido aiuto ed un prezioso contributo di Formazione per tutte le componenti del mondo sportivo, con l'obiettivo – tra gli altri - di rafforzare ulteriormente la collaborazione tra il CONI del Friuli Venezia Giulia (nella sua articolazione della Scuola Regionale dello Sport) sia con le Federazioni Sportive e Discipline Associate, sia con le diverse istituzioni operanti nella Regione (società sportive, Università, Centri di Formazione e Ricerca, Amministrazioni, Enti vari).

*Il Direttore Scientifico*  
**Giovanni Messina, PhD**

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Età minima: 18 anni. I Corsi e i Seminari sono gratuiti. Per iscriversi ai corsi e ai seminari e per conoscerne i dettagli (data, luogo, relatori, ecc.) è necessario accedere al sito della Scuola Regionale dello Sport del Friuli Venezia Giulia, registrarsi ("iscriviti all'Area riservata") e compilare la scheda di iscrizione presente on line all'interno del corso prescelto. La conferma di avvenuta iscrizione avverrà automaticamente dal sistema. Eventuali altre adesioni si potranno accettare anche nel giorno dei Corsi o dei Seminari nel caso la sala possa consentirlo e/o se non sia stato raggiunto il numero massimo previsto.

<http://friuliveneziagiulia.coni.it/friuliveneziagiulia/scuola-regionale.html>

## SEMINARI TECNICI (ST)

| TITOLO   | OBIETTIVO  | DATA/PERIODO                | LUOGO   |
|--|--|-----------------------------|---|
| Allenare la forza con i pesi: possibile nei giovani?<br>(La didattica dell'uso dei pesi e del bilanciere nei giovani atleti con particolare riferimento agli sport di squadra) | Fornire motivazioni scientifiche, principi guida e strumenti idonei per un corretto allenamento della forza con i pesi nei giovani           | Domenica<br>19 aprile 2015  | Cervignano (UD)<br>c/o Palestra<br>Miossport                    |
| La valutazione dell'atleta negli sport di squadra: rappresentare e analizzare statisticamente i risultati dei test   | Utilizzare elementi base di statistica con il foglio di calcolo xls per analizzare i dati derivati da test effettuati negli sport di squadra | Aprile 2015                 | Udine<br>c/o Delegazione Provinciale del CONI,<br>via Longarone |
| ALT- (Active Learning Time): usare bene il tempo-ottimizzare la seduta di allenamento nell'attività giovanile  | Spiegare il significato di "tempo di impegno motorio" ai fini di un efficace apprendimento e fornire strategie applicative                   | Maggio 2015                 | Campo Collavin,<br>Via Carnia 7,<br>S. Giorgio di Nogaro (UD)   |
| Il massimo consumo di ossigeno: fattore determinante la prestazione nelle prove di resistenza. Dalla teoria alla pratica   | Definire il massimo consumo di ossigeno e fornire indicazioni per strutturare piani di allenamento individualizzati                          | Novembre 2015               | Udine   |
| L'allenamento della tecnica sportiva. Dall'elaborazione dell'informazione alla presa di decisione  | Lo stato dell'arte dell'insegnamento della tecnica sportiva con particolare riferimento agli aspetti cognitivi del movimento                 | Settembre -<br>ottobre 2015 | Trieste, Udine,<br>Gorizia, Pordenone                           |
| La psicologia dello sport e i giovani atleti   | Fornire indicazioni teoriche e pratiche sul tema   | Settembre -<br>ottobre 2015 | Trieste, Udine,<br>Gorizia, Pordenone                           |
| L'alimentazione dell'atleta concetti ed indicazioni operative  | Fornire indicazioni teoriche e pratiche sul tema   | Settembre -<br>ottobre 2015 | Trieste, Udine,<br>Gorizia, Pordenone                           |
| Corsi Tecnici Federazioni Sportive   | Intervento docenti CONI ai corsi programmati dalle Federazioni   | Febbraio /<br>dicembre 2015 |   |
| Corso formazione attività motoria di base per tecnici di FSN privi di qualifica federale (1 corso per provincia)   | Favorire la conoscenza dei principi delle metodologie relative all'allenamento sportivo giovanile  | Aprile / ottobre<br>2015    | Trieste, Udine,<br>Gorizia, Pordenone                           |

## SEMINARI PER IL MONDO SCOLASTICO (SMS)

| TITOLO   | OBIETTIVO  | DATA/PERIODO              | LUOGO                                   |
|--|--|---------------------------|---|
| Corso aggiornamento insegnanti progetto Movimento in 35  | Promuovere l'attività motoria nella scuola primaria  | Marzo 2015                | Trieste, Udine, Gorizia, Pordenone      |
| Il Gioco espressivo e creativo del movimento   | Promuovere e valorizzare la dimensione espressiva, relazionale, creativa e artistica del movimento nella scuola dell'infanzia e primaria.  | Ottobre 2015              | Udine                                   |
| Corso Residenziale per insegnanti della scuola primaria e infanzia                             | Promuovere l'approfondimento di nuove tematiche sull'attività motoria di base e favorire l'incontro, il confronto e lo scambio di idee ed esperienze tra docenti provenienti da luoghi e realtà diverse. | Settembre 2015            | Villaggio Getur Lignano Sabbiadoro (UD) |
| Corsi attività motoria di base per insegnanti scuola primaria e infanzia                       | Spiegare i principi fondamentali dell'attività motoria di base, al fine di incrementare la pratica motoria nelle scuole.   | Ottobre/<br>novembre 2015 | Udine                                   |
| Corsi di approfondimento di attività motoria di base per insegnanti scuola primaria e infanzia | Approfondire le conoscenze sui principi acquisiti nei corsi di base precedenti al fine di ampliare e consolidare le proprie competenze.  | Ottobre/<br>novembre 2015 | Udine                                   |
| Sport nel Terzo Millennio  | Seminario residenziale interfrontaliero per insegnanti di educazione fisica delle scuole italiane in Slovenia e Croazia  | Novembre 2015             | Gemona del Friuli (UD)                  |
| Corso aggiornamento per educatori dei Ricreatori Comunali                                      | Proseguimento corso base tematiche motorie   | Aprile 2015               | Trieste                                 |

## CONVEGNI

| TITOLO  | OBIETTIVO   | DATA/PERIODO   | LUOGO   |
|---|---|----------------|---|
| Individuare, selezionare e sviluppare il talento: scienza e pratica                 | Analizzare lo stato attuale della ricerca internazionale relativamente ai tre aspetti del talento (individuazione, selezione e sviluppo), confrontandolo con esperienze nazionali di riconosciuto livello | 23 maggio 2015 | Udine, p.le Kolbe c/o Aula Magna - Dipartimento di Scienze Mediche e Biologiche, Università degli Studi di Udine (con il Patrocinio del Corso di Laurea in Scienze Motorie e del Corso di Laurea Magistrale in Scienza dello Sport) |
| Crescere con il movimento, il gioco e lo sport                                      | Contributi metodologici e didattici per valorizzare e promuovere l'attività motoria e di gioco-sport  | Novembre 2015  | Da definirsi  |
| Allenamento funzionale e Core training. Basi teoriche metodologia mezzi e contenuti | Spiegare in teoria e in pratica obiettivi e metodologia dell'allenamento funzionale   | Giugno 2015    | Trieste o Pordenone   |

## SEMINARI AREA MANAGERIALE (SM)

| TITOLO   | OBIETTIVO   | DATA/PERIODO                          | LUOGO                              |
|--|---|---------------------------------------|------------------------------------|
| Allenatori, Istruttori e Insegnanti a responsabilità limitata? | Ciclo di conferenze si approfondimento sulle responsabilità legali che coinvolgono chi opera a scuola e nel mondo dello sport   | Marzo, maggio, ottobre, novembre 2015 | Trieste, Udine, Gorizia, Pordenone |
| Corsi per Dirigenti sportivi                                   | Promuovere corsi di aggiornamento sul territorio su tematiche di interesse che emergono nel corso dell'anno da parte delle asd: normative fiscali ASD, medicina sportiva ecc. | Ottobre, dicembre 2015                | Trieste, Udine, Gorizia, Pordenone |

## ORDINE CRONOLOGICO DELLE ATTIVITÀ

|           |  |                |
|-----------|--|----------------|
| <b>SC</b> | Corso aggiornamento insegnanti progetto Movimento in 3S  | Marzo 2015     |
| <b>SM</b> | Allenatori, Istruttori e Insegnanti a responsabilità limitata?   | 7 marzo 2015   |
| <b>ST</b> | Allenare la forza con i pesi: possibile nei giovani?<br>(La didattica dell'uso dei pesi e del bilanciere nei giovani atleti con particolare riferimento agli sport di squadra) | 19 aprile 2015 |
| <b>ST</b> | La valutazione dell'atleta negli sport di squadra:<br>rappresentare ed analizzare statisticamente i risultati dei test   | Aprile 2015    |
| <b>SC</b> | Corso aggiornamento per educatori dei Ricreatori Comunali  | Aprile 2015    |
| <b>ST</b> | ALT- (Active Learning Time): usare bene il tempo - ottimizzare la seduta di allenamento nell'attività giovanile (in particolare per gli sport di squadra)                      | Maggio 2015    |
| <b>C</b>  | Individuare, selezionare e sviluppare il talento: scienza e pratica  | 23 maggio 2015 |
| <b>SM</b> | Allenatori, Istruttori e Insegnanti a responsabilità limitata?   | Maggio 2015    |
| <b>C</b>  | Allenamento Funzionale e Core Training.<br>Basi teoriche, metodologia, mezzi e contenuti   | Giugno 2015    |
| <b>ST</b> | L'allenamento della tecnica sportiva.<br>Dall'elaborazione dell'informazione alla presa di decisione   | Settembre 2015 |
| <b>ST</b> | La psicologia dello sport e i giovani atleti   | Settembre 2015 |
| <b>SC</b> | Corso Residenziale per insegnanti della scuola primaria e infanzia   | Settembre 2015 |
| <b>ST</b> | L'alimentazione dell'atleta concetti ed indicazioni operative  | Ottobre 2015   |
| <b>SC</b> | Corsi attività motoria di base<br>per insegnanti scuola primaria e infanzia  | Ottobre 2015   |
| <b>SC</b> | Corsi di approfondimento di attività motoria di base<br>per insegnanti scuola primaria e infanzia  | Ottobre 2015   |
| <b>SC</b> | Sport nel Terzo Millennio  | Novembre 2015  |
| <b>C</b>  | Crescere con il movimento, il gioco e lo sport   | Novembre 2015  |
| <b>SM</b> | Allenatori, Istruttori e Insegnanti a responsabilità limitata?   | Novembre 2015  |
| <b>SM</b> | Allenatori, Istruttori e Insegnanti a responsabilità limitata?   | Dicembre 2015  |

## STRUTTURA DELLA SCUOLA REGIONALE DELLO SPORT FRIULI VENEZIA GIULIA

### CONSIGLIO

**PRESIDENTE:** Giorgio Brandolin  
**VICE PRESIDENTE:** Francesco Cipolla  
**DIRETTORE SCIENTIFICO:** Giovanni Messina  
Renato Milazzi - Delegato Coni Trieste  
Silvano Parpinel - Delegato CONI Udine  
Gian Carlo Caliman - Delegato CONI Pordenone  
Franco Tommasini - Delegato CONI Gorizia  
**SEGRETARIO ORGANIZZATIVO:** Luana Matassi

---

### COMITATO ESECUTIVO

**PRESIDENTE:** Giorgio Brandolin  
**VICE PRESIDENTE:** Francesco Cipolla  
**DIRETTORE SCIENTIFICO:** Giovanni Messina

---

### COMITATO TECNICO SCIENTIFICO

Prof. Giovanni Messina - Docente della Sds e Direttore Scientifico  
Prof.ssa Elena Conti - Docente della Sds  
Prof. Massimo Stera - Docente della Sds  
Prof. Tiziano Vidoni - Docente della Sds  
Prof. Vincenzo Stera - Esperto della Srds Friuli Venezia Giulia  
Prof. Maurizio Zorba - Esperto delle Srds del Friuli Venezia Giulia  
Prof. Ivan Zadro - esperto della Srds del Friuli Venezia Giulia  
Prof. Stefano Florit - esperto della Srds del Friuli Venezia Giulia

## ORGANICO DIDATTICO

### DOCENTI AREA METODOLOGICA

Elena Conti  
Giovanni Messina  
Massimo Stera  
Tiziano Vidoni

### DOCENTI AREA MANAGERIALE

Roberto Alessio  
Gino Neglia

---

## ESPERTI e CONSULENTI

Prof. Vincenzo Stera  
Prof. Maurizio Zorba  
Prof. Ivan Zadro  
Prof. Stefano Florit  
Prof.ssa Luisa Menapace  
Prof. Riccardo Avon  
Prof.ssa Elisabetta Pontello  
Prof.ssa Claudia Canzi  
*Coordinatore Tecnico CONI  
Trieste*  
Prof. Sergio Osgnach  
*Coordinatore Tecnico CONI  
Udine*  
Prof. Massimiliano Stabile  
*Coordinatore Tecnico CONI  
Gorizia*  
Prof.ssa Annamaria Fenos  
*Coordinatore Tecnico CONI  
Pordenone*  
Prof.ssa Federica Rossi  
*Docente EFS -  
Componente Giunta CONI*

Prof.ssa Marinella Ambrosio  
*Docente EFS -  
Presidente regionale CIP*  
Dott. Alberto Rigotto  
*esperto in ambito fiscale*  
Dott. Alessandro Natolino  
*esperto in sicurezza del lavoro*  
Dott. Andrea Maniaco  
*esperto in diritto del lavoro*  
Dott.ssa Francesca Del Rizzo  
*Psicologa*  
Dott. Giampiero La Torre  
*esperto in ambito fiscale*  
MdS Ernesto Zanetti  
Prof. Guglielmo Antonutto  
*Università di Udine*  
Prof. Bruno Grassi  
*Università di Udine*  
Dott. Stefano Lazzer  
*Università di Udine*  
Dott. Matteo Cornacchia  
*Università di Trieste*  
Dott.ssa Rita Malavolta



**Scuola Regionale dello Sport  
CONI Friuli Venezia Giulia**

---

Via dei Macelli 5 - 34148 TRIESTE  
Tel. 040/89908249-251 - Email: [srdsfriuliveneziagiulia@coni.it](mailto:srdsfriuliveneziagiulia@coni.it)