



Corso Allenatore Judo
Rilascio Diploma Nazionale e
Tesserino Tecnico CSEN



CORSO ALLENATORE JUDO



DURATA CORSO

Percorso formativo di 40 ore - LEZIONI TEORICHE e PRATICHE

Lezioni di teoria e pratica:

- 3 e 4 marzo 2018
- 10 e 11 marzo
- 17 e 18 marzo
- 24 e 25 marzo
- 31 marzo ESAME

Le lezioni si svolgeranno a San Giovanni V.no, Via Garibaldi 45 presso la Soc. Ginnastica Sangiovese ASD - Scuola di Judo

Per accedere all'esame è consentito un limite massimo del 20% di ore di assenza.

Termine iscrizione: 28 febbraio 2018



PROGRAMMA DIDATTICO

Sabato 3 marzo 2018 (ore 4)

Pomeriggio - ore 14.00 - 18.00 :

Principi fondamentali, l'importanza dell'educazione e del rispetto reciproco nel dojo, la filosofia del Judo.

Principi fondamentali: posizioni, modi di camminare, spostamenti, prese fondamentali, squilibri, entrate e cadute.

Metodologia di insegnamento.

Docenti:

Maestro Davide Bandini cintura nera 4° dan - 2h

Maestro Roberto Checchi cintura nera 5° dan - 2h

Domenica 4 marzo 2018 (ore 8)

Mattino - ore 09.00 - 13.00:

Medicina dello sport

Docente: Prof. Nicola Anaclerio - 4h

Pomeriggio - ore 14.00 - 18.00:

Kushushi e tsukuri, tecniche del go kyo.

Difese go, chowa e yawara.

Lotta a terra: tecniche di osae komi.

Docenti:

Maestro Davide Bandini cintura nera 4° dan - 2h

Maestro Roberto Checchi cintura nera 5° dan - 2h

Sabato 10 marzo 2018 (ore 4)

Pomeriggio - ore 14.00 - 16.00:

Judo arbitraggio, regoli delle competizioni.

Docente: Maestro Meloni Giuseppe cintura nera 4° dan - 2h

Pomeriggio - ore 16.00 - 18.00 :

Judo kata: come applicare lo studio dei kata nella metodologia dell'insegnamento.

Come lo studio dei kata può risultare un valido supporto nell'allenamento del judo agonistico.

Docente: Maestro Luca Stornaiuolo cintura nera 4° dan - 2h

Domenica 11 marzo 2018 (ore 8)

Mattino - ore 09.00 - 13.00 :

Scienza dell'alimentazione. Il doping.

Docente: Prof. Nicola Anaclerio - 4h

Pomeriggio - ore 14.00 - 18.00 :

il Taiso e gli esercizi di riscaldamento. Studio della fase Kake di varie tecniche. Studio delle cadute specifiche per le varie tecniche. Metodi di insegnamento. Nage no kata e Katame no kata.

Docenti:

Maestro Davide Bandini cintura nera 4° dan - 2h

Maestro Roberto Checchi cintura nera 5° dan - 2h

Sabato 17 Marzo 2018

Stage con il Maestro Stornaiuolo - Kodokan Goshin Jutsu

(Partecipazione facoltativa, vivamente consigliata)

Domenica 18 marzo 2018

Mattino - ore 09.00 - 13.00

Preparazione atletica

Docente: Prof.ssa Ilaria Degli Innocenti - 4h

Pomeriggio - ore 14.00 - 18.00

Renraku e kaeshi, studio delle opportunità. Princi Sen, Go no sen e Sen no sen. Prosecuzione a terr dalla lotta in piedi. Shime e Kansetsu waza.

Docente: Maestro Luca Stornaiuolo cintura nera 4° dan - 4h

Sabato 24 marzo 2018 - Judo Day - Esibizione di Judo

(Partecipazione facoltativa, vivamente consigliata)

Domenica 25 marzo 2018 (ore 8)

Mattino - ore 09.00 - 11.00:

Psicologia dello sport

Docente: Prof.ssa Ilaria Degli Innocenti - 2h

Mattino - ore 11.00 - 13.00:

Aspetti civilistici ASD

Docente: Dott. Davide Bandini - 2h

Pomeriggio - ore 14.00 - 18.00:

Ripasso generale. Prove di esame.

Docenti:

Maestro Davide Bandini cintura nera 4° dan - 2h

Maestro Roberto Checchi cintura nera 5° dan - 2h

Sabato 31 marzo 2018 - ESAME

Pomeriggio - dalle ore 14.00 - al termine



OCCORRENTE PERSONALE

Per la partecipazione è richiesta la dotazione personale di:

- Età minima: 18 anni compiuti
- Grado minimo: Cintura Nera 1° Dan
- Essere tesserato CSEN (è possibile tesserarsi in concomitanza dell'iscrizione, senza nessun costo aggiuntivo a carico del corsista)
- Abbigliamento adeguato

CSEN fornisce, incluso nella quota di partecipazione:

- Dispense didattiche
- Materiale per appunti
- Assicurazione personale
- Al termine ed al superamento dell'esame, in possesso di attestato BLSD viene rilasciato Diploma CSEN

Il tesserino tecnico CSEN con l'iscrizione all'Albo dei Tecnici CSEN **non è incluso nella quota**, sarà da richiedere al proprio comitato provinciale, al costo stabilito per il settore judo.



RICONOSCIMENTO CSEN

Nelle palestre, nelle sale e in tutte le strutture sportive aperte al pubblico dietro pagamento di corrispettivi a qualsiasi titolo, anche sotto forma di quote sociali d'adesione, i corsi finalizzati al miglioramento dell'efficienza sportiva devono essere svolti con la presenza di un istruttore qualificato specifico per disciplina, precisando, che si intende istruttore qualificato per disciplina solo quelli in possesso di brevetti rilasciati:

- da Enti pubblici o eventuali titoli accademici
- dalla Regione
- dalle Federazioni Nazionali
- dagli Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal C.O.N.I.

I Diplomi rilasciati hanno validità in quanto emessi direttamente dal Centro di Formazione C.S.E.N. (Centro Sportivo Educativo Nazionale), Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal C.O.N.I.



QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Il corso ha un costo di € 320

CSEN mette a disposizione dei corsisti la possibilità di pagare il corso in due quote, senza costi aggiuntivi, seguendo le disposizioni:

- Acconto € 220,00 da versare all'avvenuta conferma dell'ammissione al corso da parte dell'organizzazione e comunque entro l'inizio del corso;
- 1 quota finale di € 100,00 da versare entro la data dell'esame e comunque entro la fine del corso.



INVESTI NEL TUO FUTURO, PARTECIPA AL CORSO!

Il corso si attiverà al raggiungimento del numero minimo di iscritti.

Le iscrizioni chiuderanno al raggiungimento del numero massimo di partecipanti e comunque la settimana prima dell'inizio del corso.

PER LA TUA FORMAZIONE NON ASPETTARE L'ULTIMO MINUTO!

RICHIEDI ORA IL MODULO D'ISCRIZIONE.



ULTERIORI DOMANDE? CONTATTACI

CSEN Firenze - Viale Europa 95, Firenze - 50126

WWW.CSENFIRENZE.IT - INFO@CSENFIRENZE.IT

055613448 - 392 9245717



CSEN Firenze e Prato