



## FEDERAZIONE ITALIANA HOCKEY E PATTINAGGIO

UFFICIO SIRI

00196 ROMA - VIALE TIZIANO, 74 - Tel. 0691684015 Fax- 0691684029

- [www.fihp.org](http://www.fihp.org) / e-mail - [siri@fihp.org](mailto:siri@fihp.org)

COMUNICATO UFFICIALE N. 12/2014

Roma, 27 giugno 2014

### **PROGRAMMA ORARIO DEL CORSO NAZIONALE/REGIONALE SIRI COSA-SKIROLL-FREESTYLE IN PROGRAMMA A MILANO**

A integrazione del C.U. 21/2014 del 23 giugno u.s., contenente la logistica e le modalità di iscrizione, di seguito vengono indicate le date e il programma del corso.

PROGRAMMA DEL CORSO:

#### **1^ giornata SABATO 12 LUGLIO 2014 c/o sala "C" CONI**

PRESENTARE ORE ACCREDITI

ORE 08.30 – 09.00 LEZIONE Test di ingresso 30 minuti ( RAVASI )

ORE dalle 09.00 alle 13.00 - CONI -.4 ORE Metodologia Capacità coordinative e condizionali

ORE dalle 14.00 alle 16.00 - CONI - 2 ORE Nozioni di Anatomia (Dalla Cellula Muscolare ai Tessuti Muscolari, ai Muscoli)

ORE dalle 16.00 alle 18.00 - CONI - 2 Ore Nozioni di Anatomia (Funzione degli Apparati e Sistemi del Corpo Umano)

#### **2^ giornata DOMENICA 13 LUGLIO 2014 c/o sala "C" CONI**

ORE dalle 09.00 alle 11.00 - CONI - 2 ORE Nozioni di Biologia ( La cellula e La Cellula Muscolare)

ORE dalle 11.00 alle 13.00 – CONI - 2 ore Nozioni di Biochimica Tipologia della Contrazione Muscolare

ORE dalle 14.00 alle 16.00 - CONI -.2 ORE di Fisiologia Cellula Nervosa, e modalità di trasmissione dei segnali nervosi, afferenti ed efferenti;

ORE dalle 16.00 alle 18.00 - CONI - 2 ORE di Fisiologia Area Motoria Corticale, Funzione degli organi di senso, Apprendimento motorio.

#### **3^ Giornata SABATO 19 LUGLIO 2014 c/o sala "C" CONI**

ORE dalle 09.00 alle 11.00 - CONI - 2 ORE Chinesiologia Piani ed Assi del Corpo Umano, Tipologia delle Contrazioni Muscolari, Leve ed Articolazioni

ORE dalle 11.00 alle 13.00 - CONI - .2 ORE cenni di Psicologia età evolutiva.

ORE dalle 14.00 alle 16.00 - FIHP - RAVASI - 2 ORE di Comunicazione e Approccio al cliente

ORE dalle 16.00 alle 18.00 - FIHP - RAVASI - 2 ORE Metodologia. Open Skill e Closed Skill

**4^ Giornata DOMENICA 20 LUGLIO 2014 c/o Tensostruttura CASSANO D'ADDA**

ORE dalle 09.00 alle 13.00 - FIHP - RAVASI - 4 ORE Il pattinaggio corsa giovanile, Test Motori e Portfolio dell'atleta, Codici di Comunicazione FIHP, Principi fondamentali dell'allenamento, Tappa di preparazione iniziale e Tappa di preparazione preliminare di base

ORE dalle 14.00 alle 18.00 - FIHP - RAVASI - 4 ore di attività pratica sulla pista, esercitazioni off-skate e in skate.

**A COMPLETAMENTO DEI MODULI FORMATIVI, GLI ASPIRANTI TECNICI SONO OBBLIGATI A PARTECIPARE A TUTTE LE ATTIVITA' FORMATIVE, CHE VERRANNO RESE PUBBLICHE IN FUNZIONE DELL'ATTIVITA' FEDERALE, come:** Raduni Tecnici Regionali, Raduni Tecnici Nazionali, Stage, Seminari, oltre che alla quotidiana attività di formazione in itinere, secondo le indicazioni presenti nel modulo del Tirocinio.



---

IL SEGRETARIO GENERALE  
(Angelo Iezzi)