

# SEMINARI DI AREA

## SEMINARI DI AREA

I Seminari di Area, riservati, in base alla disciplina, a tutti i tesserati della Federazione o solo a coloro i quali posseggano una qualifica federale, hanno la finalità di consentire ulteriori approfondimenti su materie specifiche al fine di approfondire argomenti essenziali in ambito formativo e contestualmente di poter acquisire ulteriori punteggi validi per i Corsi di Formazione della Federazione.

### LE MATERIE TRATTATE

I Seminari di Area, pianificati per l'anno 2023, sono i seguenti, relativamente alle seguenti materie, e riservati a tutti i tesserati o ai soli possessori di qualifica federale, come segue:

Area del Seminario	Destinatari
5 SEMINARI AREA ALIMENTARE	tutti i tesserati FIT
5 SEMINARI AREA VIDEO E MATCH ANALYSIS	tutti i tesserati FIT
5 SEMINARI AREA SPORT VISION	possessori di qualifica federale
5 SEMINARI AREA PSICOFISICA	possessori di qualifica federale
5 SEMINARI AREA LEADERSHIP TRASFORMAZIONALE	tutti i tesserati FIT
5 SEMINARI AREA DELLE DISABILITÀ MOTORIE	possessori di qualifica federale
5 SEMINARI AREA TECNICA E FISICA DEGLI ATTREZZI	tutti i tesserati FIT

### LA DURATA E IL NUMERO DI PARTECIPANTI

I Seminari di Area sono a numero chiuso. Gli stessi si svolgeranno in presenza nei fine settimana ed ognuno avrà durata di 12 ore, da svilupparsi in tre mezza giornate. Il numero massimo di partecipanti è di 40 iscritti.

### LE MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'iscrizione a ogni Seminario, da effettuarsi entro e non oltre 5 giorni prima la data prevista per la celebrazione del Seminario prescelto, dovrà essere presentata, solo e solamente, tramite il link di seguito riportato:

<https://form.jotform.com/222122037106035>

### I COSTI DI ISCRIZIONE

Il costo di ciascun Seminario di Area è pari a € 100,00.



## AREA ALIMENTAZIONE

### SEDI E DATE

Vicenza	Roma	Bari	Torino	Palermo
21-22 gennaio 2023	11-12 marzo 2023	20-21 maggio 2023	30 settembre 2023 1 ottobre 2023	25-26 novembre 2023

### PIANO DI STUDI:

LA NUTRIZIONE	ARGOMENTI- BIBLIOGRAFIA	ORE
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fabbisogni energetici per l'atleta: disponibilità energetica e rischi derivati dalla carenza energetica nella pratica sportiva</li> <li>Cosa c'è da sapere sulla nutrizione sportiva: M.I.R.A.</li> <li>Miti e follie alimentari</li> <li>Scegliere gli alimenti e le bevande giuste per la pratica sportiva: laboratorio pratico</li> </ul> <p><b>Bibliografia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Benardot D.: <i>Ten Things You Need to Know About Sports Nutrition</i>. 2018 <a href="http://www.acsm.org">www.acsm.org</a></li> <li>Bytomska JR.: <i>Fueling for Performance</i>. Sports Health, 2018, Vol. 10, no. 1</li> <li>Centro di ricerca Alimenti e Nutrizione (CREA): <i>Linee Guida per una Sana Alimentazione</i>. Dossier Scientifico. Roma, 2018</li> <li>Centro di ricerca Alimenti e Nutrizione (CREA): <i>Linee Guida per una Sana Alimentazione</i>. Roma, 2018</li> <li>ITF: <i>Planning Meals</i>. Disponibile online sul sito <a href="http://www.itftennis.com">www.itftennis.com</a></li> <li>Mountjoy, Margo, et al.: <i>International Olympic Committee (IOC) consensus statement on relative energy deficiency in sport (RED-S): 2018 update</i>. International journal of sport nutrition and exercise metabolism, 2018, 28.4: 316-331</li> <li>SDA: <i>Nutrition for the Junior Athletes</i>. 2021 Thomas, D. Travis; Erdman, Kelly Anne; Burke, Louise M. Nutrition and athletic performance. Med. Sci. Sports Exerc, 2016, 48: 543-568</li> </ul>	12

# AREA TECNICA E FISICA DEGLI ATTREZZI

## SEDI E DATE

Bologna	Bologna	Foligno	Torino	Bari
4-5 marzo 2023	3-4 giugno 2023	15-16 luglio 2023	30 sett. - 1 ott. 2023	16-17 dicembre 2023

## PIANO DI STUDI:

TECNICA E FISICA DEI MATERIALI NEGLI SPORT DI RACCHETTA	ARGOMENTI- BIBLIOGRAFIA	ORE
	<p>INTRODUZIONE ALL'ATTREZZATURA                      RELAZIONI FRA ATTREZZATURA E AREA TECNICA - FISICA - MENTALE                      CRESCITA ED EVOLUZIONE DELL'ALLIEVO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• l'importanza della catena cinetica</li> <li>• il concetto di accelerazione, forza, energia cinetica, energia e potenza</li> </ul> <p>ANATOMIA DELLA LA RACCHETTA DA TENNIS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• storia</li> <li>• materiali</li> <li>• caratteristiche ed evoluzione tecnica dello strumento di gioco</li> </ul> <p>CARATTERISTICHE GEOMETRICHE DELLA RACCHETTA                      CARATTERISTICHE FISICHE DELLA RACCHETTA                      GLI ATTREZZI SPECIALI</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• importanza dell'approccio multidisciplinare e gli strumenti di sviluppo delle capacità in relazione alla crescita tecnica e fisica del giocatore.</li> </ul> <p>INTRODUZIONE AL CONCETTO DI SHOCK DA IMPATTO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• i carichi trasmessi e gli effetti sulle possibili patologie a carico della catena tendineo-muscolare.</li> <li>• relazione fra shock e infortuni</li> <li>• problematiche legate all'utilizzo di racchette leggere e junior</li> </ul> <p>LA PALLA COME STRUMENTO DIDATTICO NEL TENNIS - NEL PADEL - NEL BEACH</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• caratteristiche da regolamento ITF della palla yellow - green - orange - red.</li> <li>• possibile uso delle palline di vario tipo in termini pratici sul campo</li> <li>• teoria e tecnica d'utilizzo delle palline depressurizzate</li> <li>• progressioni didattiche</li> </ul> <p>LA CORDA DA TENNIS - LA RIGIDEZZA DEL PIANO DI BATTUTA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• caratteristiche fisiche e meccaniche delle corde da tennis</li> <li>• i materiali: budello naturale - synteticgut - multifilamento - poliestere - kevlar</li> <li>• introduzione alle incordature ibride</li> <li>• la tensione di incordatura</li> <li>• il calibro della corda</li> <li>• la rigidezza dinamica misura dello shock da impatto</li> <li>• la rigidezza del piano di battuta nel padel</li> <li>• i materiali della racchetta da padel. La superficie esterna / i materiali interni</li> <li>• la foratura e l'attrito della superficie</li> </ul> <p>INTRODUZIONE ALLA BIOMECCANICA LEGATA ALL'ATTREZZO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• infortuni a carico della catena tendineo-muscolare superiore</li> <li>• gli infortuni nelle varie fasce di età</li> <li>• cause ed effetti</li> <li>• relazioni fra attrezzatura utilizzata e possibilità di contrarre infortuni</li> </ul>	<p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p>

**Bibliografia:**

- *Physics and technology of tennis*. Howard Brody, Rod Cross, Crawford Lindsey
- *Technical tennis*. Rod Cross, Crawford Lindsey
- *Fisica e tecnica della racchetta da tennis*. Gabriele Medri
- *Tecnica tecnologia e arte dell'incordatura*. Gabriele Medri
- *Tennis italiano*. Biblioteca articoli tecnici - test - recensioni
- *Tennis warehouse university*. Articoli tecnici ed esperimenti
- *Manuale del perfezionamento*. FIT
- *Il gomito del tennista*. Rodolfo Lisi, Gabriele Medri

## AREA VIDEOANALISI E MATCH ANALYSIS

### SEDI E DATE

Bari	Roma	Milano	Messina	Genova
11-12 febbraio 2023	15-16 aprile 2023	17-18 giugno 2023	16-17 settembre 2023	18-19 novembre 2023

### PIANO DI STUDI:

SPECIALIZZAZIONE SU VIDEOANALISI E MATCH ANALYSIS	ARGOMENTI- BIBLIOGRAFIA	ORE
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Videoanalisi caratteristiche e particolarità</li> <li>• Le tecniche di ripresa video</li> <li>• La strumentazione necessaria (camere, supporti, software, droni)</li> <li>• Come creare una scheda tecnica rispettando i principi della biomeccanica dei colpi e delle teorie dell'apprendimento motorio</li> <li>• L'analisi dei colpi nel rispetto dei margini di tolleranza</li> <li>• Pianificazione e programmazione del lavoro</li> <li>• L'analisi del video</li> <li>• I dati qualitativi e quelli quantitativi</li> <li>• Match Analysis</li> <li>• I modelli di prestazione</li> <li>• Gli indicatori di performance nel tennis e nel padel</li> <li>• La creazione di schede statistiche</li> <li>• Dimostrazione pratica sull'utilizzo delle videocamere, degli stabilizzatori e degli altri strumenti necessari per l'acquisizione dei video</li> <li>• Dimostrazione e pratica sull'utilizzo dei software di video e match analysis</li> <li>• Esercitazioni pratiche sulla analisi dei video con case study</li> </ul>	12

## AREA METODOLOGICA

### SEDI E DATE

Torino	Firenze	Napoli	Vicenza	Milano
4-5 febbraio 2023	5-6 maggio 2023	1-2 luglio 2023	9-10 settembre 2023	28-29 ottobre 2023

### PIANO DI STUDI:

LA LEADERSHIP TRASFORMAZIONALE	ARGOMENTI- BIBLIOGRAFIA	ORE
	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'insegnante efficace</li> <li>Le competenze dell'insegnante: professionali, interpersonali e intrapersonali</li> <li>I 4 obiettivi dell'insegnante</li> <li>I diversi tipi di leadership</li> <li>La leadership trasformativa</li> <li>Le 4 dimensioni della Leadership Trasformativa</li> <li>Gli 11 comportamenti trasformativi</li> <li>La scheda di autovalutazione</li> <li>Il diario di autosservazione</li> </ul>	12

## SPORT VISION

### SEDI E DATE

Torino	Napoli	Perugia	Bari	Milano
25-26 febbraio 2023	22-23 aprile 2023	24-25 giugno 2023	23-24 settembre 2023	11-12 novembre 2023

### PIANO DI STUDI:

SPECIALIZZAZIONE SPORT VISION	ARGOMENTI- BIBLIOGRAFIA	ORE
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Integrazione del training visivo all'area tattica, tecnica e motoria</li> <li>Accrescimento del potenziale dell'allievo mediante l'utilizzo di un percorso didattico multisensoriale</li> <li>Accrescimento del potenziale dell'allievo mediante l'utilizzo di un percorso didattico multisistemico</li> <li>Ottimizzazione dei processi di apprendimento finalizzata all'avviamento all'alto livello</li> </ul>	12

# AREA WHEELCHAIR

## SEDI E DATE

Palermo	Genova	Bologna	Torino	Roma
28-29 gennaio 2023	18-19 marzo 2023	27-28 maggio 2023	8-9 luglio 2023	7-8 ottobre 2023

## PIANO DI STUDI:

	ARGOMENTI- BIBLIOGRAFIA	ORE
<b>TENNIS E DISABILITÀ</b>	<p><b>AREA GIURIDICO - ORGANIZZATIVA:</b> Gianluca Vignali</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Il movimento paralimpico in Italia</li> </ul> <p><b>AREA MEDICO-PSICOLOGICA:</b> Gianluca Vignali</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le differenti tipologie di disabilità; Fisica, Intellettivo-Relazionale, Sensoriale</li> </ul> <p><b>DISABILITÀ FISICA:</b> Dott. Cristiano Depalmas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le patologie invalidanti</li> <li>• Le mielolesioni</li> <li>• Le amputazioni</li> <li>• Le altre patologie invalidanti coinvolte nel tennis</li> <li>• Gli aspetti psicologici nell'handicap fisico</li> <li>• Educazione psicomotoria base dell'apprendimenti cognitivi e relazionali</li> <li>• Sport e qualità della vita</li> </ul> <p><b>DISABILITÀ INTELLETTIVO - RELAZIONALE:</b> Dott.ssa Beatrice Anselmi</p> <p>Quali Sono Le Disabilità Intellettivo-Relazionali</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disturbo dello Spettro Autistico</li> <li>• Ritardo cognitivo</li> <li>• Sindrome di Down</li> <li>• Disturbi psichiatrici</li> </ul> <p>Descrizione Delle Caratteristiche Cliniche Delle Disabilità Intellettivo-Relazionali:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Criteri diagnostici (DSM-5) e inquadramento teorico</li> <li>• Manifestazioni comportamentali</li> <li>• Funzionamento cognitivo</li> <li>• Modalità comunicative</li> </ul> <p>Come Relazionarsi Con Gli Atleti A Seconda Delle Loro Peculiarità:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Metodologia di insegnamento</li> <li>• Strategie di comunicazione efficace</li> <li>• Strumenti da utilizzare in campo</li> <li>• Possibili difficoltà comportamentali: quali sono, come prevenire e affrontare</li> </ul> <p><b>AREA TECNICA:</b> Prof. Giancarlo Bonasia Coordinatore tecnico nazionale Wheelchair FIT</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cenni sulle carrozzine sportive</li> <li>- Area Motoria; le capacità e le abilità, esercitazioni propedeutiche all'uso della carrozzina, al movimento in campo, allo sviluppo delle abilità;</li> <li>- Area Tecnica; valutazione dell'atleta attraverso esercitazioni mirate,</li> <li>- Progressione tecnico tattica dei primi gesti tennistici per l'acquisizione delle tecniche per il gioco del tennis;</li> </ul> <p><b>AREA TECNICA:</b> Prof. Vincenzo Morgante</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Il tennis intellettivo relazionale in Italia, regolamento, analogie e differenze</li> <li>- L'atleta con disabilità intellettiva relazionale, approccio iniziale e metodologia di allenamento</li> <li>- Attività sportiva nazionale e internazionale "Agonistica e Promozionale"</li> <li>- Esercitazione pratica in campo con atleti con disabilità intellettiva relazionale.</li> </ul> <p><b>AREA SOCIO RELAZIONALE:</b> Prof. Giuseppe Cobisi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rapporti con Scuola – Famiglia e Enti locali</li> <li>- Integrazione e Socializzazione con atleti normodotati</li> <li>- Corsi di avviamento nelle scuole e sul territorio</li> </ul>	12

# AREA PSICOFISICA

## SEDI E DATE

Milano	Bari	Bologna	Palermo	Vicenza
18-19 febbraio 2023	29-30 aprile 2023	10-11 giugno 2023	14-15 ottobre 2023	9-10 dicembre 2023

## PIANO DI STUDI:

PSICOFISICA	ARGOMENTI- BIBLIOGRAFIA	ORE
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Intelligenza emotiva</li><li>• Motivazione resilienza</li><li>• Emozione e attivazione</li><li>• Visualizzazione concentrazione</li><li>• Fiducia – autoconvinzione</li> <li>• Capacità coordinative</li><li>• Fisicità maschile e femminile</li><li>• La soglia aerobica</li><li>• La soglia anaerobica</li><li>• Respirazione e attività motoria</li></ul>	12