



CONI
SCUOLA
DELLO SPORT

MARCHE

La preparazione fisica nel calcio a 5

Ancona, 03 maggio 2019

L'incontro si svolgerà presso la **Sala Riunioni del Comitato Regionale CONI Marche**, Strada Prov.le Cameranense c/o PalaRossini, 60131 Varano di Ancona

Programma

- Ore 15.30** Accredito dei partecipanti
- Ore 16.00** Saluti istituzionali
- Ore 16.10** Introduzione ai lavori a cura del *Prof. Nazzareno Salvatori*
- Ore 16.20** La prestazione nel calcio a 5 di alto livello: il ruolo del Play Shift nel determinismo del gioco – *Prof. N. Silvaggi*
- Ore 17.15** La preparazione fisica nel calcio a 5 – *Prof. G. Briotti*
- Ore 18.15** Interventi
- Ore 18.45** Termine dei lavori e consegna degli attestati

Relatori:

Prof. Gianluca Briotti, Laureato in Scienze motorie, docente presso l'Università Telematica San Raffaele Roma del corso "Psicologia delle Attività Sportive: Aspetti Educativi e Sociali", docente nella materia "Metodologia dell'Allenamento" nel corso abilitante ad Allenatore di Calcio a 5 – FIGC-LND, preparatore atletico Italfutsal.

Prof. Nazzareno Salvatori, Docente SdS Marche – Recupero infortunati Ascoli Calcio 1898 – Direttore Tecnico Officina dello Sport di Ascoli Piceno.

Prof. Nicola Silvaggi, Docente presso l'Università di Tor Vergata sulla Teoria e Metodologia dell'Allenamento, Coordinatore Scientifico presso Officina dello Sport di Ascoli Piceno.

Finalità: La Scuola Regionale dello Sport avvalendosi della collaborazione del Centro Officina dello Sport ha realizzato una ricerca sulla prestazione del futsal di elevato livello. Sono state eseguite delle prove effettuando sostituzioni ogni 2 minuti di gioco effettivo, ogni 4 minuti ed ogni 6 minuti valutando: mmol/L di acido lattico, frequenza cardiaca, intensità del gioco (attraverso telecamera, video tracking). Si è pensato di effettuare all'inizio della stagione una serie di test per testare il giocatore di Calcio a 5 dandone una valutazione completa e di costruire un test per valutare la condizione del giocatore (simulazione di gara) yo-yo test.

Tutto ciò per studiare come rendere il più efficace possibile le sostituzioni (shift) durante il corso di una partita di calcio a 5 per raggiungere la massima prestazione, stabilire ogni quanti minuti effettuare le sostituzioni e quanti minuti utilizzare per un recupero efficace; la ricerca risulta inoltre interessante anche per squadre di alto livello.

In questo incontro si intendono presentare i risultati della ricerca e di illustrare i benefici di una buona preparazione fisica nel calcio a 5 anche alla presenza del Prof. Gianluca Briotti preparatore atletico dell'Italfutsal.

Destinatari: Il corso è rivolto a tecnici sportivi, preparatori fisici, insegnanti di educazione fisica, laureati in scienze motorie, studenti in scienze motorie e diplomati ISEF, atleti.

Modalità di iscrizione: Per iscriversi è necessario accedere al sito della Scuola Regionale dello sport del C.O.N.I. Marche registrarsi (vedi voce "Iscriviti all'area riservata") e compilare la scheda di iscrizione presente online all'interno del corso/convegno/seminario oppure iscriversi tramite mail all'indirizzo srdsmarche@coni.it.

Clicca qui per accedere alla pagina: <http://marche.coni.it/marche/scuola-regionale.html>

La conferma di avvenuta iscrizione arriverà automaticamente dal sistema o dalla mail della SRdS Marche.

Quota di iscrizione: L'iscrizione è gratuita.

A tutti i partecipanti verrà rilasciato un attestato di partecipazione a cura della Scuola Regionale dello Sport del C.O.N.I. Marche



1506
UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI URBINO
CARLO BO



ITALIA
CONI
COMITATO
REGIONALE
MARCHE