



**FEDERITALIA**  
ASSOCIAZIONE ITALIANA PER L'ASSISTENZA,  
SPORT E TEMPO LIBERO.



Ministero dell'Istruzione  
Università e Ricerca

## CORSO BASE ASSISTENTE ATTIVITÀ MOTORIE

**PREREQUISITI:** 18 anni + 1 anno pratica sportiva

**CORSO BASE PER:** animatori ludico-sportivi, trainer di ogni disciplina, sport combattimento, insegnanti danza, addetti alla sicurezza, direttori tecnici, operatori professionali interessati alle materie e alla certificazione in oggetto

**DATE:** 14 e 15 febbraio 2015, 22 febbraio 2015 (24 h comprensive esami)

**QUALIFICA:**

- ✚ Attestato FEDERITALIA **Assistente Attività Motorie**
- ✚ Attestato "Esecutore **BLSD**" I.R.C. Italian Resuscitation Council in collaborazione con ISASD (D.L. n.158 del 13/9/2012 e 24/4/2013)
- ✚ Attestato di Partecipazione CPS



**COSTO:**

- le tre giornate comprensive esami e doppio attestato: 300,00 €
- corso Esecutore BLSD con attestato (6h) : 70,00 €



**CONTENUTI:**

**Profilo professionale:** competenze, deontologia, i corsi Federitalia, il concetto di "fitness".

**Anatomia, fisiologia e cinesiologia:** (nozioni base) Apparato cardiocircolatorio, respiratorio. Le tre vie metaboliche. Sistema osseo e articolazioni, le Leve. Sistema muscolare: fibre, tipologie contrazioni, funzioni.

**Teoria dell'allenamento:** capacità condizionali e coordinative. Principi generali dell'allenamento.

**Didattica e terminologia:** glossario base.

**Nutrizione:** elementi nutritivi essenziali, fabbisogno calorico, principi di alimentazione per sportivi.

**Psicologia e comunicazione:** rapporto con l'utenza accoglienza, analisi bisogni, competenze relazionali

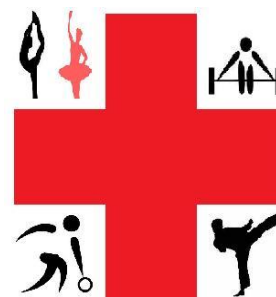
**Pronto soccorso e sicurezza:** norme di sicurezza e postura per la prevenzione infortuni.

### CORSO BLSD IRC - Basic Life Support & Defibrillation

***L'attestato rilasciato è valido come punteggio nei concorsi pubblici***

Obiettivi acquisire conoscenze aggiornate e competenze tecniche rispetto a:

- riconoscimento precoce dell'emergenza sanitaria;
- catena del soccorso;
- rianimazione cardiopolmonare (tecniche di compressione toracica e ventilazione);
- defibrillazione precoce con DAE (defibrillatore semiautomatico esterno);
- "CPS" cenni di primo soccorso e trauma sportivo;
- manovre di disostruzione nell'adulto, nel bambino e nel lattante.



### FEDERITALIA Settore Fitness e Benessere

Responsabile Nazionale d.ssa Antonella Lizza

via Giovanni de Calvi 79/A -00151 Roma

tel. 06 5343427 cell.391 4566239

[www.fitness-factory.it](http://www.fitness-factory.it)

[info@fitness-factory.it](mailto:info@fitness-factory.it)