

Programma dell'evento

CORSO DI FORMAZIONE BASE DI WALKING LEADER

del

1 DICEMBRE 2022

Sede

Sala Convegni – Via Conte Verde 125

ECM

GIORNATA 1 - 01.12.2022

Sessione 1 n. Ore 4.00	Mattino	Titolo / argomento	Metodi Didattici *	Docenti (sostituti)
	dalle ore 08.15 alle ore 08.30	Registrazione dei partecipanti		
	dalle ore 08.30 alle ore 09.00	Presentazione del corso: obiettivi e modalità di svolgimento	LRP	Bevilacqua Irene Berruti Renza
	dalle ore 09.00 alle ore 09.45	Dati di salute nell'ASL AT con riferimenti ad attività fisica e sedentarietà Attività fisica: definizione, tipologie e caratteristiche	LRP	Berruti Renza Bernieri Jacopo
	dalle ore 09.45 alle ore 10.05	Benefici dell'attività fisica Il cammino per il mantenimento e il miglioramento dello stato di salute	LRP	Marmo Raffaella (Mutton Mariuccia)
	dalle ore 10.05 alle ore 10.30	Il Walking Leader: definizione delle caratteristiche e compiti. Lavoro in piccolo gruppo	LPG	Marmo Raffaella Mutton Mariuccia
	dalle ore 10.30 alle ore 11.00	Sintesi in plenaria delle caratteristiche e compiti del Walking leader emersi dal lavoro di gruppo	CD	Marmo Raffaella Mutton Mariuccia
	dalle ore 11.00 alle ore 12.00	Gruppi di cammino ASL AT: aspetti organizzativi Elementi basilari di primo soccorso	LRP	Bernieri Jacopo Mutton Mariuccia
	dalle ore 12.00 alle ore 12.30	La tecnica del cammino. Tecnica di riscaldamento e defaticamento.	ED (aula)	Barberis Silvia Destefanis Chiara

Sessione 2 n. Ore 2	Pomeriggio	Titolo / argomento	Metodi Didattici *	Docenti (sostituti)
	dalle ore 14.00 alle ore 14.30	Attività di riscaldamento prima della camminata e defaticamento dopo la camminata: addestramento pratico	ED	Barberis Silvia Destefanis Chiara
	dalle ore 14.30 alle ore 15.15	Camminata in esterno: addestramento pratico	ED	Barberis Silvia Destefanis Chiara
	dalle ore 15.15 alle ore 15.45	Conclusione del corso	LRP	Bevilacqua Irene Berruti Renza
	dalle ore 15.45 alle ore 16.00	Valutazione apprendimento	VA	Bevilacqua Irene Berruti Renza
	dalle ore 16.00 alle ore 16.10	Questionari gradimento corso e docenti		
TOTALE ORE DELL'INIZIATIVA FORMATIVA				6

METODI (riportare la sigla)

- **C/D** - Confronto/dibattito tra discenti ed esperto/docente/relatore.
- **ED** - Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche o tecniche.
- **LPG** - Lavori a piccoli gruppi su problemi e casi clinici con produzione di rapporto finale da discutere con l'esperto.
- **LRP** - Lezioni e relazioni su tema preordinato.
- **VA** - Verifica di apprendimento.