

**TITOLO: CORSO DI FORMAZIONE DI WALKING LEADER**

Sede ASL AT Aula Arcobaleno – Via Conte Verde 125 e esterno cittadino

**ELEMENTI IN INGRESSO utili per la progettazione:**

- attuazione programma 2 del Piano di Prevenzione locale e del Piano di Prevenzione Regionale
- implementazione di nuovi gruppi di cammino sul territorio al fine di arrivare ad una diffusione più capillare, anche nei piccoli centri
- formazione di cittadini ( non operatori sanitari)

**RICADUTE DELLE COMPETENZE ACQUISITE SUL SISTEMA ORGANIZZATIVO**

attivazione di nuovi gruppi di cammino sul territorio, soprattutto nei piccoli centri sul territorio

1° GIORNATA – 22 novembre 2019				
<i>Sessione 1 n. ore</i>	<i>Orario Mattino</i>	<i>Titolo/argomento</i>	<i>Metodi Didattici*</i>	<i>Docenti (sostituti)</i>
	Dalle ore 08.15 alle ore 08.30	Registrazione partecipanti		
	Dalle ore 08.30 alle ore 09.00	Presentazione del corso: obiettivi e modalità di svolgimento	LRP	Berruti Renza ( Gobbo M.)
	Dalle ore 09.00 alle ore 09.45	Dati di salute nell'ASL AT – La sedentarietà Attività fisica: tipologie e caratteristiche	LRP	Bernieri Jacopo Bereruti R.
	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 (Gobbo M.)
	Dalle ore 10.05 alle ore 10.30	Il Walking Leader: caratteristiche e compiti	LPG	Gobbo Manuela Marmo Raffaella
	Dalle ore 10.30 alle ore 11.00	Sintesi in plenaria delle caratteristiche del Walking Leader	C/D	Gobbo Manuela Marmo Raffaella
	Dalle ore 11.00 alle ore 12.00	Gruppi di cammino ASL AT: attività in corso e aspetti organizzativi. Elementi di primo soccorso	CC	Gobbo Manuela Bernieri Jacopo
	Dalle ore 12.00 alle ore 13.00	La tecnica del cammino. Il riscaldamento e il defaticamento	ED ( aula)	Gallo Annarita (Marmo R.)
<i>Sessione 2 n. ore</i>	<i>Orario Pomeriggio</i>	<i>Titolo/argomento</i>	<i>Metodi Didattici*</i>	<i>Docenti (sostituti)</i>
	Dalle ore 14.00 alle ore 15.00	Attività di Riscaldamento prima della camminata e di defaticamento dopo la camminata in esterno	ED	Gallo Annarita Marmo Raffaella
	Dalle ore 15.00 alle ore 16.00	Gruppo di cammino in esterno	ED	Gallo Annarita Marmo Raffaella
	Dalle ore 16.00 alle ore 16.15	Valutazione apprendimento e gradibilità corso	VA	Gobbo Manuela Marmo Raffaella
TOTALE ORE DELL'INIZIATIVA FORMATIVA			6,45	

\*riportare la sigla

	<i>Metodi</i>
C/D	Confronto/dibattito tra discenti ed esperto/docente/relatore
CC	Presentazione e discussione di problemi o di casi clinici in seduta plenaria
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