

**CORSO ALLIEVO ISTRUTTORE - CUNEO**

AGGIORNATO AL 16 MAGGIO

**PIANO DELLE LEZIONI**

Sede lezioni pratiche e teoriche: STADIO DEL NUOTO di CUNEO - Via Porta Mondovì 7 (CN)

Il presente piano delle lezioni potrebbe subire ancora delle piccole variazioni di orario.

**ISCRIZIONE ALLA PROVA DI AMMISSIONE ENTRO IL 22 FEBBRAIO 2019 - TRAMITE PORTALE FIN**

VEN	01-mar	V	2	dalle 19.00	<b>TEST IN ACQUA PROVA DI AMMISSIONE (STADIO DEL NUOTO DI CUNEO)</b>
-----	--------	---	---	-------------	--

**ISCRIZIONE AL CORSO ENTRO IL 10 MARZO 2019 - TRAMITE PORTALE FIN**

SAB	16-mar	A	2	09.00-11.00	PRESENTAZIONE DEL CORSO - RIUNIONE INFORMATIVA
		A	2	11.00-13.00	CULTURA DELL'ACQUA I
		A	2	14.00-16.00	CULTURA DELL'ACQUA II

DOM	17-mar	A	2	09.00-11.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA I
		A	2	11.00-13.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO I
		A	2	14.00-16.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO II

SAB	23-mar	A	3	09.00-12.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA II
		V	2	12.30-14.30	<b>SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 1</b>
		A	3	15.30-18.30	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA III

SAB	30-mar	A	3	10.00-13.00	COMUNICAZIONE, RELAZIONE E INSEGNAMENTO I
		A	3	14.00-17.00	COMUNICAZIONE, RELAZIONE E INSEGNAMENTO II

DOM	6-apr	A	2	09.00-11.00	LA GINNASTICA IN ACQUA
		V	2	11.30-13.30	<b>LA GINNASTICA IN ACQUA - PRATICA 2</b>
		A	3	14.30-17.30	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA IV

SAB	12-apr	A	2	09.00-11.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO III
		A	2	11.00-13.00	ATTIVITA' SPECIALI III (disabili)
		A	3	14.00-17.00	IL CORPO UMANO I-II

DOM	13-apr	V	2	09.00-11.00	<b>SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 3</b>
		A	2	11.30-13.30	GINNASTICA EDUCATIVA E PRENATORIA
		A	3	14.00-17.00	CULTURA DELL'ACQUA III

DOM	20-apr	V	2	10.00-12.00	<b>SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 4</b>
		A	2	13.00-15.00	ATTIVITA' SPECIALI II (prescolare 3° e 4° età)
		A	2	15.00-17.00	ATTIVITA' SPECIALI I (gestanti e neonatali)

SAB	4-mag	A	4	09.00-13.00	ESAMI (max 25 pax) STADIO DEL NUOTO DI CUNEO
SAB	4-mag	A	4	14.30-18.30	ESAMI EVENTUALE SECONDA SESSIONE - STADIO DEL NUOTO DI CUNEO

**LEGENDA**

V	VASCA - Pratica c/o Stadio Del Nuoto di Cuneo. Via Porta Mondovì 7
A	AULA - Teoria c/o Stadio Del Nuoto di Cuneo. Via Porta Mondovì 7
E	ESAME c/o Palazzo del Nuoto di Torino

**N° 50 ore di TIROCINIO DIDATTICO**, da effettuarsi presso le Scuole Nuoto Federali, il periodo di tirocinio pratico verrà svolto dal candidato quale periodo di formazione didattica e sarà all'uopo certificato dal Tecnico responsabile del tirocinio della società interessata. Durante il tirocinio devono essere sviluppate tutte le tematiche trattate durante il corso comprese quelle relative alla ginnastica in acqua. La dichiarazione dovrà essere presentata in sede di esame, la dichiarazione del tirocinio successivo dovrà essere presentata al momento dell'iscrizione al corso Istruttore base entro 36 mesi dalla data di esame del presente corso.

**INFORMAZIONI SETTORE ISTRUZIONE TECNICA**
[www.federnuoto.piemonte.it](http://www.federnuoto.piemonte.it) - Sezione FORMAZIONE

SI ALLEGANO GLI ARGOMENTI TRATTATI PER CIASCUNA LEZIONE

**CORSO ALLIEVO ISTRUTTORI FIN - ARGOMENTI DELLE LEZIONI**

**PRESENTAZIONE DEL CORSO**

I	Presentazione della FIN. Linee guida del corso e della formazione federale.
---	---

**CULTURA DELL'ACQUA**

I	L'uomo e l'acqua, aspetti educativi, figura e comportamento dell'istruttore.
II	Teoria del movimento i fattori della prestazione, capacità coordinative e condizionali-capacità senso percettiva: gli analizzatori, le fasi sensibili.
III	Le attività motorie. Schemi motori terrestri e acquatici. Maturazione, sviluppo e apprendimento.

**SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA**

I	Elementi essenziali, aspetti tecnici e regolamenti.
II	Ambientamento e acquaticità Insegnamento/apprendimento acqua bassa e acqua alta. Galleggiamenti e spostamenti Scivolamenti. Postura e propulsione.
III	Locomozione in acqua e i quattro stili canonici (Crawl e Dorso), diversificazioni didattiche, utilizzo dei sussidi didattici.
IV	Locomozione in acqua e i quattro stili canonici (Rana e Farfalla), diversificazioni didattiche, utilizzo dei sussidi didattici.

**ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO**

I	Clima psicologico, impostazione disciplinare, aspetti organizzativi, organizzazione didattica, piani di lavoro livelli tecnici nella Scuola Nuoto Federale.
II	Responsabilità, compiti e valenza sociale dell'istruttore.
III	Sicurezza in piscina (accorgimenti pratici) Elementi di primo intervento.

**COMUNICAZIONE, RELAZIONE E INSEGNAMENTO**

I	Processo di comunicazione - Sviluppo emotivo-affettivo - Costruzione dell'autostima. Intelligenza emotiva.
II	Insegnamento e apprendimento- Programmazione-Definizione obiettivi-Analisi situazione di partenza-Scelta mezzi e metodi- Valutazione.

**GINNASTICA EDUCATIVA E PRENATATORIA**

I	Obiettivi della ginnastica prenatalatoria, le fasi di una lezione di ginnastica prenatalatoria; sviluppo e stabilizzazione delle capacità coordinative e condizionali.
---	--

**LA GINNASTICA IN ACQUA**

I	Esercizi suddivisi per distretti muscolari di intervento, utilizzo dei principali e comuni attrezzi per la ginnastica in acqua, struttura di una lezione base, utilizzo della musica, metodi e principi base per adattare la lezione in funzione dell'utenza.
---	---

**ATTIVITA' SPECIALI I (gestanti e neonatali)**

I	Attività per utenze speciali (disabili)
II	Attività per utenze speciali (gestanti e neonatale)
III	Attività per utenze speciali ( prescolare 3° e 4°età)

**IL CORPO UMANO**

I	Conoscenza del corpo umano, apparato locomotore, apparato cardiocircolatorio e respiratorio.
II	Sviluppo delle fasi sensibili, tutela sanitaria.

**PRATICA IN VASCA**

I	AMBIENTAMENTO ed ACQUATICITÀ. Stimoli e facilitazioni al movimento in acqua.
II	LA GINNASTICA IN ACQUA. Dimostrazione di esercizi base in acqua
III	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA. Dalle capacità alle abilità" (indirizzi di tecniche riferite alle nuotate canoniche) CRAWL e LIBERO
IV	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA. Dalle capacità alle abilità" (indirizzi di tecniche riferite alle nuotate canoniche) RANA e FARFALLA