

**CORSO ALLIEVO ISTRUTTORE - TORINO**

AGGIORNATO ALL'8 NOVEMBRE 2017

**PIANO DELLE LEZIONI**
Sede lezioni teoriche: **Presso Palaginnastica - Via Giacinto Pacchiotti 71**Sede lezioni pratiche : **Presso Palazzo del Nuoto - Via Filadelfia 74 - Torino**

Il presente piano delle lezioni potrebbe subire delle piccole variazioni di orario in funzione dei calendari agonistici federali.

GIO	28-set		S	SCADENZA	ISCRIZIONE ALLA PROVA DI AMMISSIONE ENTRO <b>GIOVEDÌ 28 SETTEMBRE</b> TRAMITE PORTALE FIN
SAB	30-set	V	2	12.00-14.00	<b>TEST IN ACQUA PROVA DI AMMISSIONE (PRESSO PALAZZO DEL NUOTO)</b>
MER	4-ott		S	SCADENZA	ISCRIZIONE AL CORSO ENTRO <b>MERCOLEDÌ 4 OTTOBRE</b> TRAMITE PORTALE FIN
MER	4-ott	A	2	19.30-21.30	PRESENTAZIONE DEL CORSO - RIUNIONE INFORMATIVA (c/o PALAGINNASTICA)
MER	11-ott	A	2	19.30-21.30	CULTURA DELL'ACQUA I
SAB	14-ott	A	3	09.00-12.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA II
SAB	14-ott	A	3	13.00-16.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA III
SAB	14-ott	A	2	16.00-18.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA I
DOM	15-ott	V	2	08.30-10.30	<b>SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 3</b>
DOM	15-ott	V	2	11.30-13.30	<b>SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 1</b>
MER	18-ott	A	3	19.00-22.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA IV
SAB	21-ott	A	2	09.00-11.00	LA GINNASTICA IN ACQUA
SAB	21-ott	A	2	11.00-13.00	CULTURA DELL'ACQUA II
MER	25-ott	A	3	19.00-22.00	COMUNICAZIONE, RELAZIONE E INSEGNAMENTO I
SAB	28-ott	A	2	09.00-11.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO I
SAB	28-ott	A	2	11.00-13.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO II
SAB	28-ott	A	2	15.00-17.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO III
SAB	4-nov	A	2	09.00-11.00	ATTIVITÀ PER UTENZE SPECIALI II (gestanti e neonatali)
SAB	4-nov	A	2	11.00-13.00	CULTURA DELL'ACQUA III
SAB	4-nov	A	2	15.00-17.00	IL CORPO UMANO I
MER	8-nov	A	3	19.00-22.00	COMUNICAZIONE, RELAZIONE E INSEGNAMENTO II
VEN	10-nov		S	SCADENZA	ISCRIZIONE ALL'ESAME ENTRO <b>VENERDÌ 10 NOVEMBRE</b> TRAMITE PORTALE FIN
VEN	10-nov	A	2	19.30-21.30'	GINNASTICA EDUCATIVA E PRENATATORIA
SAB	11-nov	A	2	08.30-10.00	IL CORPO UMANO II
SAB	11-nov	A	2	10.00-12.00	ATTIVITA' SPECIALI III (prescolare, 3° e 4° età)
MER	15-nov	A	2	19.00-21.00	ATTIVITÀ PER UTENZE SPECIALI I (disabili)
DOM	26-nov	V	3	08.30-10.30	<b>SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 4</b>
DOM	26-nov	V	2	11.30-13.30	<b>SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - LA GINNASTICA IN ACQUA - PRATICA 2</b>
MAR	5-dic	A	4	15.00-19.00	<b>ESAMI I SESSIONE (prenotazione on line dal 28 ottobre max 20 pax)</b>
MER	6-dic	A	4	15.00-19.00	<b>ESAMI II SESSIONE (prenotazione on line dal 28 ottobre max 20 pax)</b>
GIO	7-dic	A	4	15.00-19.00	<b>ESAMI III SESSIONE (prenotazione on line dal 28 ottobre max 20 pax)</b>

**LEGENDA**

V	VASCA PRATICA - c/o Palazzo del Nuoto - Via Filadelfia 74 - Torino
A	AULA - c/o Palaginnastica - Via Giacinto Pacchiotti 71 - Torino
E	ESAME c/o c/o Palazzo del Nuoto - Via Filadelfia 74 - Torino
S	SCADENZE

**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.


**COMITATO REGIONALE  
PIEMONTE E VALLE D'AOSTA**
**CORSO ALLIEVO ISTRUTTORI FIN - TEMI 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 PRENATORIA**

I	Obiettivi della ginnastica prenataloria, le fasi di una lezione di ginnastica prenataloria; 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.
---	---

**ATTIVITÀ PER UTENZE SPECIALI**

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. CRAWL e LIBERO.
IV	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA. Dalle capacità alle abilità. RANA e FARFALLA

*Il certificato medico deve esser consegnato entro la prima lezione.*

*Il materiale didattico sarà fornito entro la prima lezione.*

*Ai fini dell'iscrizione all'esame è obbligatoria la partecipazione al 75% delle ore di lezione teoriche e al 100% di quelle pratiche.*