

## CORSO ALLIEVO ISTRUTTORE - CARMAGNOLA (TO)

AGGIORNATO AL 25 GENNAIO 2018

### PIANO DELLE LEZIONI

Sede lezioni teoriche e pratiche: Impianto Rari Nantes Torino - Corso Roma, 22, Carmagnola

Il presente piano delle lezioni potrebbe subire variazioni, nel caso saranno comunicate immediatamente a tutti i corsisti.

			<b>S</b>	SCADENZA	ISCRIZIONE ALLA PROVA DI AMMISSIONE ENTRO MERCOLEDI 28 FEBBRAIO
GIO	1-mar	A	2	19.30-21.30	PRESENTAZIONE DEL CORSO - RIUNIONE INFORMATIVA
SAB	03-mar	V	2	12.30-14.30	PROVA PRATICA DI AMMISSIONE
			<b>S</b>	SCADENZA	ISCRIZIONE AL CORSO DAL 3 ALL'11 MARZO
GIO	15-mar	A	2	19.30-21.30	CULTURA DELL'ACQUA I
DOM	18-mar	A	3	09.00-12.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA II
DOM	18-mar	V	2	12.30-14.30	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 1
DOM	18-mar	A	2	15.00-17.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA I
GIO	22-mar	A	2	19.30-21.30	CULTURA DELL'ACQUA II
DOM	25-mar	A	3	09.00-12.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA III
DOM	25-mar	V	2	12.30-14.30	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 3
DOM	25-mar	A	2	15,30-17.30	CULTURA DELL'ACQUA III
GIO	29-mar	A	2	19.30-21.30	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO I
GIO	5-apr	A	3	19.30-22.30	COMUNICAZIONE,RELAZIONE E INSEGNAMENTO I
GIO	12-apr	A	2	19.30-21.30	LA GINNASTICA IN ACQUA
			<b>S</b>	SCADENZA	ISCRIZIONE ALL'ESAME ENTRO SABATO 14 APRILE
SAB	14-apr	V	2	12.30-14.30	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - LA GINNASTICA IN ACQUA - PRATICA 2
SAB	14-apr	A	3	15.00-18.00	COMUNICAZIONE,RELAZIONE E INSEGNAMENTO II
DOM	15-apr	A	3	09.00-11.00	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA IV
DOM	15-apr	V	2	11.30-13.30	SCUOLA NUOTO e ATTIVITA' DIDATTICA - PRATICA 4
DOM	15-apr	A	2	14.30-17.30	GINNASTICA EDUCATIVA E PRENATORIA
GIO	19-apr	A	3	19.30-22.30	IL CORPO UMANO I - II
SAB	21-apr	A	2	14.00-16.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO II
SAB	21-apr	A	2	16.00-18.00	ORGANIZZAZIONE DELLA SCUOLA NUOTO III
DOM	22-apr	A	2	10.00-12.00	ATTIVITÀ PER UTENZE SPECIALI II (gestanti e neonatali)
DOM	22-apr	A	2	13.00-15.00	ATTIVITÀ PER UTENZE SPECIALI I (disabili)
DOM	22-apr	A	2	15.00-17.00	ATTIVITA' SPECIALI III (prescolare, 3° e 4° età)
SAB	28-apr	A	4	14.30-18.30	ESAMI PALAZZO DEL NUOTO TORINO - orario e data da confermare

#### LEGENDA

V	VASCA PRATICA - c/o Piscina Rari Nantes Torino - Corso Roma, 22, 10022 Carmagnola TO
A	AULA - c/o Impianto Rari Nantes Torino Corso Roma, 22, 10022 Carmagnola TO
E	ESAME c/o Palazzo del Nuoto - Via Filadelfia 73 - Torino
S	SCADENZE

50

**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.*