



Ente Nazionale di Promozione Sportiva
(Riconosciuto dal CONI ai sensi del D.Lgs.n. 242/1999)

Ente Nazionale con Finalità Assistenziali
(Riconoscimento Ministero Interni decreto n.559/C5730/12000/A)

Associazione Nazionale di Promozione Sociale
(Iscritta al Registro Nazionale n. 44 ai sensi della Legge n.383/2000)

SETTORE NUOTO

PROGRAMMA CORSO ISTRUTTORE NUOTO ACSI

<u>orario</u>	<u>ARGOMENTI</u>
<u>(4 ore)</u>	Presentazione del corso L'ambiente acqua Gli analizzatori Capacità motorie Sensopercezione e multilateralità Le fasi sensibili
<u>(4 ore)</u>	Attività prescolare Aspetti educativi L'apprendimento motorio



Ente Nazionale di Promozione Sportiva
(Riconosciuto dal CONI ai sensi del D.Lgs.n. 242/1999)

Ente Nazionale con Finalità Assistenziali
(Riconoscimento Ministero Interni decreto n.559/C5730/12000/A)

Associazione Nazionale di Promozione Sociale
(Iscritta al Registro Nazionale n. 44 ai sensi della Legge n.383/2000)

SETTORE NUOTO

<u>4 ore</u>	Organizzazione dei corsi e della lezione Programmazione delle attività, valutazione L'istruttore di nuoto (responsabilità e normativa vigente) Clima psicologico e aspetti disciplinari
<u>4 teoriche</u>	L'ambientamento la propulsione in acqua
	il dorso: tecnica e didattica il crawl: tecnica e didattica Partenze e virate
<u>4 teoriche</u>	La rana: tecnica e didattica La farfalla: tecnica e didattica



Ente Nazionale di Promozione Sportiva
(Riconosciuto dal CONI ai sensi del D.Lgs.n. 242/1999)

Ente Nazionale con Finalità Assistenziali
(Riconoscimento Ministero Interni decreto n.559/C5730/12000/A)

Associazione Nazionale di Promozione Sociale
(Iscritta al Registro Nazionale n. 44 ai sensi della Legge n.383/2000)

SETTORE NUOTO

	Partenze e virate
<u>3 teoriche + 1 pratica</u>	la ginnastica prenataloria Diversificazioni didattiche Scuola nuoto adulti
<u>4 ore</u>	La comunicazione: elementi, modalità, variabili Sviluppo cognitivo La motivazione L'autostima Gestione del gruppo L'allievo adolescente L'allievo adulto
<u>4 ore</u>	Organi e apparati Fisiologia del lavoro muscolare, cenni



Ente Nazionale di Promozione Sportiva
(Riconosciuto dal CONI ai sensi del D.Lgs.n. 242/1999)

Ente Nazionale con Finalità Assistenziali
(Riconoscimento Ministero Interni decreto n.559/C5730/12000/A)

Associazione Nazionale di Promozione Sociale
(Iscritta al Registro Nazionale n. 44 ai sensi della Legge n.383/2000)

SETTORE NUOTO

	Adattamenti all'esercizio fisico
<u>4 teoriche</u>	Il carico fisico Parametri Stimolo e adattamento Supercompensazione La distribuzione del carico sport e alimentazione
<u>4 teoriche</u>	La teoria degli errori Pallanuoto, Sincro, Salvamento Sviluppo della sensopercezione Pre agonismo e regolamenti tecnici sicurezza in piscina, cenni di primo soccorso
<u>10 ore</u>	lezioni pratiche
<u>50 ore</u>	Tirocinio (in qualsiasi piscina ACSI)