



## Corso Istruttore di Nuoto 2022

Con la presente ci preghiamo informarti che la scrivente sezione provinciale di Varese della Società Nazionale di Salvamento in collaborazione con l'Unione Sportiva ACLI (Ente di Promozione Sportivo Riconosciuto dal CONI) organizza un nuovo corso per il conseguimento del brevetto di Istruttore di Nuoto.

Il corso, vista la situazione di emergenza COVID 19 sarà proposto in modalità online, utilizzando le piattaforme Google Meet e Classroom; se la situazione pandemica lo consentirà verranno proposte 2 serate di pratica (le date e la piscina verranno concordate durante le lezioni teoriche).

Le lezioni saranno impartite da docenti qualificati della S.N.S.

Il corso di istruttore di nuoto quest'anno viene proposto a condizioni estremamente vantaggiose a soli **Euro 500,00**.

La quota include tesseramento U.S. ACLI, assicurazione lavorativa e materiale didattico in formato digitale.

Il brevetto di Istruttore di Nuoto ti offre, come ben sai, maggiori opportunità lavorative soprattutto nel periodo invernale dove le possibilità per i bagnini sono decisamente inferiori rispetto al periodo estivo.

**Il brevetto abilita all'insegnamento del nuoto (Legge Regionale dello Sport - Regione Lombardia n° 26 del 1 ottobre 2014)**

**Il brevetto di Istruttore di Nuoto U.S. ACLI è riconosciuto dal CONI**

Per ulteriori informazioni potrai contattarci via mail a: [prof.camillaferrario@gmail.com](mailto:prof.camillaferrario@gmail.com)

Per iscriversi al corso occorre compilare tutti i dati richiesti al seguente link:

## ISCRIZIONE

All'atto dell'iscrizione andranno allegati:

- 1 foto tessera formato JPG
- Ricevuta di **€. 500,00** a mezzo bonifico bancario su conto corrente Banca Intesa Sanpaolo codice IBAN: **IT02 C030 6967 6845 1074 9159 499** intestato a:  
**Società Nazionale di Salvamento - Sezione Provinciale di Varese**  
causale iscrizione corso di Istruttore di Nuoto seguito da Cognome e Nome.

Le lezioni teoriche si svolgeranno online i martedì dalle ore 20.00 alle ore 22.00 seguendo il calendario allegato e richiederanno un obbligo di frequenza pari al 75% delle lezioni, salvo casi eccezionali che andranno motivati e concordati con la segreteria.

Il link di accesso alle lezioni verrà comunicato ad iscrizioni completate **ENTRO IL 10 dicembre 2021**

Gli **esami scritti** si faranno online Martedì 29 marzo ore 20:00 a seguire verranno programmati i colloqui orali.

Per il conseguimento del Brevetto sarà necessario svolgere almeno 50 ore di tirocinio formativo presso una struttura a scelta dell'aspirante istruttore.



## CALENDARIO LEZIONI TEORICHE:

### Introduzione al mondo acquatico

#### LEZIONE 1: 14 DICEMBRE ore 20:00

- L'ambiente piscina [FOCUS: la comunicazione nell'ambiente piscina]
- Le figure professionali che operano in piscina
- L'organizzazione e i livelli della scuola nuoto [FOCUS: la comunicazione della scuola nuoto]

#### LEZIONE 2: 21 DICEMBRE ore 20:00

- La didattica
- [FOCUS: pedagogia e metodologia]

#### LEZIONE 3: 11 GENNAIO ore 20:00

- Schemi motori acquatici [FOCUS: leggi della dinamica dei fluidi]
- La respirazione acquatica [FOCUS: l'apparato respiratorio]
- L'ambientamento [FOCUS: la paura]

#### LEZIONE 4: 18 GENNAIO ore 20:00

- Le motivazioni e l'aspetto ludico [FOCUS: la leadership]
- Il galleggiamento e gli scivolamenti

#### LEZIONE 5: 25 GENNAIO ore 20:00

- [FOCUS: la comunicazione nella didattica]
- Gambata, respirazione e bracciata
- Ambientamento in acqua alta [FOCUS: rigidità e paura]

### Teoria, tecnica e didattica delle nuotate

#### LEZIONE 6: 1 FEBBRAIO ore 20:00

- Stile libero e ginnastica pre-natatoria

#### LEZIONE 7: 8 FEBBRAIO ore 20:00

- Dorso e ginnastica pre-natatoria

#### LEZIONE 8: 15 FEBBRAIO ore 20:00

- Rana e ginnastica pre-natatoria

#### LEZIONE 9: 22 FEBBRAIO ore 20:00

- Delfino e ginnastica pre-natatoria
- Tuffi partenze e virate

#### LEZIONE 10: 1 MARZO ore 20:00

- Progressioni didattiche per i livelli principianti
- Progressioni didattiche per i livelli perfezionamento / avanzato

#### LEZIONE 11: 8 MARZO ore 20:00

- Corsi di nuoto per adulti e anziani
- Cenni al nuoto pre-agonistico

#### LEZIONE 12: 15 MARZO ore 20:00

- cenni di nuoto per disabili
- cenni di fitness in acqua