

Federazione Italiana Nuoto Settore Istruzione Tecnica
Corso per Istruttore di Base di Nuoto e Ginnastica in acqua
Calendario e programma

| data | orario | argomento | docenti | ore |
|----------------|---------------|--|-------------|-----|
| 14-gen | 09,30-11,30 | Presentazione del corso obiettivo e programma, ripresa dei contenuti del corso di allievo istruttore | Met/Guar | 2 |
| Sabato | 11,30-13,30 | Regolamenti tecnici | | 2 |
| 19-gen | 14,00-17,00 | Area tecnica: analisi tecnica e aspetti didattico-metodologici relativi all'insegnamento ed al perfezion. del dorso e crawl | Guarini | 3 |
| Giovedì | 17,00-19,00 | Area biofisiologica; apparati e sistemi: locomotore, nervoso centrale e periferico, cardiocircolatorio, respiratorio | Dot.Meleleo | 2 |
| 21-gen | 09,00 - 11,00 | Area biofisiologica: cenni di fisiologia del lavoro muscolare, adattamenti dell'organismo all'esercizio fisico | Dot.Meleleo | 2 |
| Sabato | 11,00-13,00 | Area metodologica: I fattori della prestazione, capacità coordinative e condizionali (forza, resistenza, velocità), la mobilità articolare, capacità e abilità motorie | Ascatigno | 2 |
| 22-gen Dom | 9,00-11,00 | Piscina: perfezionamento delle nuotate a dorso-crawl correzione degli errori | Guar/Asc | 2 |
| 24-gen | 14,00-16,00 | Area tecnica: Organizzazione del corso di nuoto, realizzazione di una singola lezione, organiz. di una struttura didattica articolata | Guarini | 2 |
| Martedì | 16,00-18,00 | Area metodologica: la supercompensazione stimolo e adattamento, la dinamica carico-recupero, i parametri del carico (intensità densità durata volume) la distrib. del carico | Ascatigno | 2 |
| 26-gen | 14,00-17,00 | Area tecnica: analisi tecnica e aspetti didattico-metodologici relativi all'insegnamento ed al perfezion. della rana e farfalla | Guarini | 3 |
| Giovedì | 17,00-19,00 | Area tecnica: Organizzazione della seduta e del programma, pianificazione delle attività, aspetti formali, sostanziali e comportamentali dell'insegnante | Guagnano | 2 |
| 28-gen | 09,30-11,30 | Cultura dell'acqua: evoluzione dei comportamenti acquatici, dalla competenza motoria al talento sportivo | A.Metozzi | 2 |
| Sabato | 11,30-13,30 | Cultura dell'acqua : sviluppo della sensopercezione, costruzione di abilità motorie neali sport acuatici (nuoto/pallanuoto/sincro) | A.Metozzi | 2 |
| 29-gen Dom | 9,00-11,00 | Piscina: perfezionamento delle nuotate a rana e farfalla, correzione degli errori | Guar/Asc | 2 |
| 31-gen | 14:00 - 16:00 | Avviamento allo sport (preagonismo), criteri di selezione, struttura del lavoro organizzazione della seduta e del programma globale | Ascatigno | 2 |
| Martedì | 16,00-18,00 | L'attività natatoria per la terza età | Guagnano | 2 |
| 02-feb | 14,00-16,00 | Area metodologica: Impostazione ed evoluzione della tecnica, controllo e regolazione del gesto. teoria dell'errore. | Guarini | 2 |
| Giovedì | 16,00-18,00 | L'allievo adulto: caratteristiche e sviluppo psicofisico-strategie didattiche. Gestione del singolo e gestione del gruppo | Dot.Semer | 2 |
| 04-feb | 9,00-11,00 | Ginnastica in acqua: analisi degli esercizi e loro effetti, adattamenti centrali e periferici, cenni di rieducazione funzionale | Cal/Past | 2 |
| Sabato | 11,00-13,00 | L'allievo adolescente: caratteristiche e sviluppo psicofisico-strategie didattiche | Dot.Semer | 2 |
| 05-feb Dom | 9,00-11,00 | Piscina: partenze e virate | Guag/Gir | 2 |
| 07-feb | 14,00-16,00 | Pallanuoto: le valenze educative di un'attività ludica in acqua-il gioco con la palla, dall'attività ludica all'avviamento allo sport | Guarini | 2 |
| Martedì | 16,00-18,00 | Attività motoria in acqua per disabili | Guagnano | 2 |
| 09-feb Giovedì | 14,00-16,00 | Nuoto sincronizzato: elementi di base | Ascatigno | 2 |
| | 16,00-18,00 | Attività motoria in acqua per gestanti e prima infanzia | Guagnano | 2 |
| 11-feb Sab | 9,00-11,00 | Ginnastica educativa e prenataloria | Girardi | 2 |
| 12-feb Dom | 9,00-11,00 | Piscina: proposte didattiche di pallanuoto sincro, salvamento | Guag/Gir | 2 |

Sede del corso: Il circoscrizione Comunale-Quartier San Paolo-Via Vincenzo Ricchioni,1-Bari