



PROGRAMMA CORSO PER ISTRUTTORE DI NUOTO DI 1° LIVELLO CSEN UDINE

Date:

Prova di ammissione: giovedì 25 aprile 2019, dalle ore 18.00 alle 20.00

Luogo: presso Piscina Swim (via S. Caterina s.n.c., 33038 Campofornido Loc. Villa Primavera).

Corso:

sabato 27 aprile 2019
sabato 4 maggio 2019
domenica 5 maggio 2019
domenica 12 maggio 2019
domenica 19 maggio 2019
domenica 26 maggio 2019

Esame: domenica 9 giugno 2019

Termine iscrizioni: giovedì 18 aprile 2019 inviando una mail a segreteriacsenfriuli@tiscali.it ed in copia a tecnici@unionenuotofriuli.it

Requisiti d'accesso:

- Aver compiuto 18 anni alla data di svolgimento della sessione ordinaria degli esami;
- Essere in possesso del Diploma di Maturità, di un Attestato di Scuola Media Superiore o qualifiche Superiori;
- Non aver riportato condanne penali;
- Disporre del Certificato di Buona salute, attestante che la persona non presenti deficit uditivi, mostri una funzionalità adeguata dei quattro arti presenti un visus di almeno 8/10 per occhio anche con correzione di lenti;
- Aver superato la prova attitudinale di accesso;
- Aver pagato la quota di iscrizione alla prova di ammissione.

Per accedere al corso il candidato deve superare una **prova attitudinale**, nella quale deve dimostrare di possedere le abilità acquatiche necessarie a svolgere la funzione di Istruttore e di avere una buona padronanza dei quattro stili di nuoto (Dorso, Crawl, Rana, Farfalla).

Prova di ammissione:

Nello specifico il candidato dovrà:

- Eseguire per 25 mt. ciascuna delle 4 nuotate (Dorso, Crawl, Rana, Farfalla);
- Recuperare un oggetto sul fondo della piscina;
- Effettuare una nuotata subacquea di almeno 12,50 mt. lineare in immersione;
- Effettuare un galleggiamento verticale utilizzando solo gli arti inferiori.



Accesso al corso:

La possibilità di accesso al corso sarà confermata con la pubblicazione dell'esito delle prove dei candidati. Coloro che saranno dichiarati idonei potranno completare la propria iscrizione inviando **ricevuta dell'avenuto pagamento** della quota di partecipazione al corso all'indirizzo mail: segreteriaacsenfriuli@tiscali.it ed in copia a tecnici@unionenuotofriuli.it

Durata:

Il corso è strutturato in due parti:

- **lezioni teoriche** e pratiche, per un totale di **43 ore**;
- **tirocinio didattico** svolto obbligatoriamente presso una società affiliata CSEN, in affiancamento a tecnici qualificati e sotto il controllo diretto del tecnico responsabile della scuola nuoto, che dovrà firmare una dichiarazione attestante l'effettuato tirocinio svolto, per un totale di **20 ore**;

Programma:

Sedi del Corso:

Udine – Comitato Regionale FVG CSEN – via Valdagno, 35

Campoformido – Piscina Swim – via S. Caterina s.n.c.

Sabato 27 Aprile

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
09.00-13.00	5	Anatomia e Fisiologia. Funzionamento del sistema nervoso	Dott. Giovanni Saccavino	Teoria	Udine
13.00	1	Esame Anatomia e Fisiologia. Funzionamento	Dott. Giovanni Saccavino	Teoria	Udine

Sabato 4 Maggio

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
09.00-13.00	4	Psicologia e Sviluppo Mentale	Dott.ssa Marianna Pertoldi	Teoria	Udine
14.00-18.00	4	Psicologia e Sviluppo Mentale	Dott.ssa Marianna Pertoldi	Teoria	Udine
18.00	1	Esame Psicologia e Sviluppo Mentale	Dott.ssa Marianna Pertoldi	Teoria	Udine



Domenica 5 Maggio

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
08.00	1	Accreditamento - Presentazione del corso	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
08.00-09.00	1	La figura, il comportamento e le responsabilità giuridiche dell'istruttore	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
09.00-10.00	1	Organizzazione didattica di una Scuola Nuoto	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
10.00-11.00	1	Scuola Nuoto - Ambientamento e acquaticità, giardino acquatico in acqua bassa	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
11.00-12.00	1	Scuola Nuoto - Ambientamento e acquaticità in acqua alta	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
12.00-13.00	1	Scuola Nuoto - Insegnamento e apprendimento, galleggiamenti, spostamenti, scivolamenti	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
PAUSA PRANZO					
14.30-15.30	1	Scuola Nuoto - Gestione del singolo e del gruppo e strategie didattiche	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
15.30-17.30	2	Lezione pratica in acqua con riferimento ai contenuti teorici svolti	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Pratica	Campoformido

Domenica 12 Maggio

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
09.00-10.00	1	Schemi motori terrestri e acquatici	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
10.00-11.00	1	Teoria del movimento, capacità coordinative, capacità condizionali	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
11.00-12.00	1	Maturazione, sviluppo, apprendimento e fasi sensibili	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
12.00-13.00	1	Scuola Nuoto - Insegnamento e apprendimento spinte e propulsione	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
PAUSA PRANZO					
14.30-15.30	1	Scuola Nuoto - Insegnamento e apprendimento coordinativo della bracciata nel crawl e nel dorso	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
15.30-17.30	2	Lezione pratica in acqua con riferimento ai contenuti teorici svolti	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Pratica	Campoformido

Domenica 19 Maggio

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
09.00-10.00	1	Didattica - Dorso	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
10.00-11.00	1	Didattica - Crawl	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
11.00-13.00	2	Lezione pratica in acqua - presupposti fondamentali del Dorso e del Crawl	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Pratica	Campoformido
PAUSA PRANZO					
14.30-15.30	1	Ausili e sussidi didattici	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
15.30-16.30	1	Didattica - Rana	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
16.30-17.30	2	Lezione pratica in acqua - presupposti fondamentali della Rana	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Pratica	Campoformido



Domenica 26 Maggio

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
09.00-10.00	1	Didattica - Delfino	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
10.00-11.00	1	Elementi della Pallanuoto e del Nuoto Sincronizzato	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
11.00-12.00	1	Lezione pratica in acqua - presupposti fondamentali del Delfino	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Pratica	Campoformido
12.00-13.00	1	Lezione pratica in acqua - presupposti fondamentali della Pallanuoto e del Nuoto Sincronizzato	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Pratica	Campoformido
PAUSA PRANZO					
14.30-15.30	1	Scuola Nuoto - Nuoto Adulti	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
15.30-16.30	1	Scuola Nuoto - Acquaticità Neonatale	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
16.30-17.30	1	Elementi del Nuoto per Salvamento e Nuotate di Immersione	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Teoria	Campoformido
17.30-18.30	1	Lezione pratica in acqua - presupposti fondamentali del Nuoto per Salvamento e Nuotate di Immersione	L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus	Pratica	Campoformido

Domenica 9 Giugno

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
09.00-10.00	1	ESAME SCRITTO	Commissione d'Esame L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus		Campoformido
10.00-13.00	3	ESAME ORALE	Commissione d'Esame L. Bernardis, A. Dreina, M. Vidus		Campoformido

Tirocinio:

L'Impianto Piscina prescelto come luogo di svolgimento del Tirocinio sarà la Piscina Swim di Villa Primavera (Campoformido).

Le ore di Tirocinio dovranno essere effettuate senza ricevere alcun compenso da parte della Società ospitante, affiancando un Istruttore di comprovata esperienza, con una frequenza massima di 6 ore settimanali.

Il Tirocinio dovrà essere svolto non prima dell'inizio delle lezioni teoriche e terminate prima della data degli Esami.

Successivamente l'inizio del corso, sarà inviato alla mail personale di ciascun corsista, il modulo da utilizzare come dichiarazione di avvenuto tirocinio, che dovrà essere consegnato alla commissione esaminatrice il giorno degli esami.



La commissione esaminatrice NON FARÁ sostenere gli esami ai candidati sprovvisti di documento di riconoscimento e della dichiarazione del tirocinio in regola con le modalità sopra esposte.

Esami:

Agli Esami possono accedere soltanto i corsisti che abbiano partecipato **ad almeno il 75% del totale delle ore di lezioni teoriche e pratiche** effettuate **ed abbiano svolto il tirocinio** previsto.

Alla **valutazione finale** concorre, oltre al giudizio dato della commissione docenti relativa alla prova orale, la valutazione ottenuta nella prova scritta.

I candidati assenti o risultati "non idonei" all'esame potranno sostenere un'ulteriore prova nella 2^a sessione d'esame, dietro pagamento della relativa tassa d'esame, entro una nno dalla data della 1^a sessione d'esame.

É da intendersi che qualora il candidato risultasse ancora assente o "non idoneo", dovrà frequentare nuovamente il Corso.

Sede:

La sede della Prova di Ammissione, del Corso e dell'esame finale sarà:
Piscina SWIM, via S. Caterina s.n.c., Campoformido Loc. Villa Primavera

Cosa rilascia:

Al termine del corso verrà rilasciato il **Diploma di Qualifica** per "**Istruttore di Nuoto 1° livello**" e **Tesserino Tecnico**, con conseguente iscrizione nell'Albo Nazionale dei Tecnici Csen, consultabile online sul sito www.csen.it