



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO DAL
CONI E DAL CIP



PROGRAMMA CORSO PER ISTRUTTORE DI NUOTO DI 1° LIVELLO CSEN 2022

Date:

Prova di ammissione: lunedì 3 gennaio 2022, dalle ore 17.30 alle 18.00, presso Piscina Swim
(per chi non possiede i requisiti minimi natatori*)
(via S. Caterina 204/A, 33030 Campoformido Loc. Villa Primavera).

Corso: lunedì 3 gennaio 2022
martedì 4 gennaio 2022
mercoledì 5 gennaio 2022
sabato 8 gennaio 2022
domenica 9 gennaio 2022
domenica 16 gennaio 2022

Esame: domenica 6 febbraio 2022

Termine iscrizioni: domenica 2 gennaio 2022

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, o possedere i requisiti minimi natatori*: avere la qualifica di Assistente Bagnanti o avere una dichiarazione di idoneità natatoria rilasciata da un dirigente di una Società affiliata CSEN per la parte nuoto
- Aver pagato la quota di iscrizione alla prova di ammissione.

Nella **prova attitudinale**, il candidato 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).



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO DAL
CONI E DAL CIP



Quota partecipazione corso:

La quota prevista per la frequenza al corso è di **€ 390,00**.

Tirocinio:

Le 40 ore di Tirocinio dovranno essere effettuate senza ricevere alcun compenso da parte della Società ospitante, affiancando un Istruttore di comprovata esperienza.

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

Il tirocinio potrà essere svolto presso qualsiasi Società sportiva affiliata allo CSEN che svolga attività natatoria.

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 lezione 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 un anno 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:

Le ore di lezione teorica e pratica saranno svolte in forma mista in presenza presso la Piscina Swim, Via Santa Caterina 204/A, Campofornido. I corsisti fuori regione potranno assistere in forma telematica sulla piattaforma Zoom e sostenere l'esame finale con la medesima modalità.



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO DAL
CONI E DAL CIP



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

Prova di ammissione:

Prova di ammissione GRATUITA.

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 i quali saranno dichiarati idonei potranno completare la propria iscrizione inviando **ricevuta dell'avvenuto pagamento** della quota di partecipazione al corso all'indirizzo mail: csennuotofvg@gmail.com

Durata:

Il corso è strutturato in tre parti:

- **lezioni teoriche** e pratiche, per un totale di **32 ore**;
- **lezioni teoriche** in area medico psicologica, per un totale di **11 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 **40 ore effettive**;



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO DAL
CONI E DAL CIP



Programma:

Lunedì 3 Gennaio 2022

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
18.00		Accreditamento - Presentazione del corso	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE
18.00-19.00	1	Schemi motori terrestri e acquatici	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE
19.00-20.00	1	Teoria del movimento, capacità coordinative, capacità condizionali	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE
20.00-21.00	1	Maturazione, sviluppo, apprendimento e fasi sensibili	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE

Martedì 4 Gennaio 2022

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
18.00-19.00	1	Organizzazione didattica di una scuola nuoto	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE
19.00-20.00	1	Scuola nuoto - Ambientamento e acquaticità, Giardino acquatico in acqua bassa	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE
20.00-21.00	1	Scuola nuoto - Ambientamento e acquaticità, in acqua alta	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE
21.00-22.00	1	Scuola Nuoto - Insegnamento e apprendimento, galleggiamenti, spostamenti, scivolamenti	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE

Mercoledì 5 Gennaio 2022

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
18.00-19.00	1	Scuola nuoto - Gestione del singolo e del Gruppo e strategie didattiche	M. Vidus	Teoria	Campoformido /ONLINE
19.00-21.00	1	Lezione pratica in acqua con riferimento ai contenuti teorici svolti	M. Vidus	Pratica	Campoformido /ONLINE



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO DAL
CONI E DAL CIP



Sabato 8 Gennaio 2022

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
08.00-09.00	1	La figura, il comportamento e le responsabilità giuridiche dell'istruttore	A. Dreina	Teoria	Campoformido /ONLINE
09.00-10.00	1	Scuola nuoto - Insegnamento e apprendimento spinte e propulsione	A. Dreina	Teoria	Campoformido /ONLINE
10.00-11.00	1	Scuola nuoto - Insegnamento e apprendimento coordinativo della bracciata nel crawl e nel dorso	A. Dreina	Teoria	Campoformido /ONLINE
11.00-13.00	1	Lezione pratica in acqua con riferimento ai contenuti teorici svolti	A. Dreina	Pratica	Campoformido /ONLINE
PAUSA PRANZO					
14.30-15.30	1	Ausili e sussidi didattici	A. Dreina	Teoria	Campoformido /ONLINE
15.30-16.30	1	Didattica - Dorso	A. Dreina	Teoria	Campoformido /ONLINE
16.30-17.30	1	Didattica - Crawl	A. Dreina	Teoria	Campoformido /ONLINE

Domenica 9 Gennaio 2022

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
08.00-10.00	1	Lezione pratica in acqua - presupposti fondamentali del Dorso e del Crawl	A. Dreina	Pratica	Campoformido /ONLINE
10.00-11.00	1	Didattica - Rana	L. Bernardis	Teoria	Campoformido /ONLINE
11.00-12.00	1	Didattica - Delfino	L. Bernardis	Teoria	Campoformido /ONLINE
12.00-13.00	1	Scuola Nuoto Adulti	L. Bernardis	Teoria	Campoformido /ONLINE
PAUSA PRANZO					
14.30-15.30	1	Scuola Nuoto - Acquaticità Neonatale	L. Bernardis	Teoria	Campoformido /ONLINE
15.30-18.30	3	Lezione pratica in acqua - presupposti fondamentali della Rana e del Delfino	L. Bernardis	Teoria	Campoformido /ONLINE



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO DAL
CONI E DAL CIP



Domenica 16 Gennaio 2022

ORARIO	ORE	ARGOMENTO	DOCENTE/I	LEZIONE	SEDE
08.00-09.00	1	Elementi della Pallanuoto e del Nuoto Sincronizzato	L. Bernardis	Teoria	Campoformido /ONLINE
09.00-10.00	1	Elementi del Nuoto per Salvamento e Nuotate di Immersione	L. Bernardis	Teoria	Campoformido /ONLINE
10.00-11.00	1	Lezione pratica in acqua – presupposti fondamentali della Pallanuoto e del Nuoto Sincronizzato	L. Bernardis	Pratica	Campoformido /ONLINE
11.00-12.00	1	Lezione pratica in acqua – presupposti fondamentali del Nuoto per Salvamento e delle Nuotate di Immersione	L. Bernardis	Pratica	Campoformido /ONLINE

Domenica 6 Febbraio 2022

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

SEDE DEL CORSO: Piscina SWIM - Via Santa Caterina, 204/A Loc. Villa Primavera, Campoformido (UD)

Per maggiori informazioni contattare:

tramite e-mail: csennuotofvg@gmail.com

Tramite messaggio privato:



[csennuotofvg](#)