

PROGRAMMA CORSO ISTRUTTORE DI BASE – REGIONE FVG 12.01.2019

giorno	data	ora	ore	argomento	docente	sede
SAB	12.01	14.30	2	LEZIONE INTRODUTTIVA: linee guida della formazione federale Obiettivo e programma del corso, prerequisiti: ripresa dei contenuti del corso allievo istruttori.	Gratton	GORIZIA
SAB	12.01	16.30	2	CULTURA DELL'ACQUA: evoluzione dei comportamenti acquatici Età cronologica ed età biologica, evoluzione del comportamento acquatico	Gross	GORIZIA
SAB	12.01	18.30	1	CULTURA DELL'ACQUA: , dalla competenza motoria al talento sportivo, sviluppo della senso percezione, costruzione di abilità motorie negli sport (nuoto/pallanuoto/sincro).	Gross	GORIZIA
DOM	13.01	9.00	4	DALL'ADOLESCENZA ALL'ETA' ADULTA (psicologo) Cambiamenti e adattamenti dell'essere umano, L'allievo adolescente , l'allievo adulto: caratteristiche e sviluppo psicofisico – strategie didattiche Gestione del singolo e del gruppo.	Di Dato Polencic	GORIZIA
DOM	13.01	14.00	1	CULTURA DELL'ACQUA: costruzione di abilità motorie negli sport (nuoto/pallanuoto/sincro).	Gratton	GORIZIA
DOM	13.01	15.00	2	AREA TECNICA Tecnica e didattica delle nuotate (STILE LIBERO/CRAWLe DORSO): analisi tecnica dei 2 stili canonici, aspetti didattico-metodologici relativi all'insegnamento e al perfezionamento dei 2 stili	Burelli	GORIZIA
DOM	13.01	17.00	2	LEZIONI PRATICHE Con riferimento ai contenuti teorici espressi (entrata in acqua degli allievi):	Burelli	GORIZIA
SAB	09.02	14.30	4	AREA BIOFISIOLOGIA (medico) Apparati e sistemi: locomotore, nervoso centrale e periferico, cardiocircolatorio, respiratorio. Cenni di fisiologia del lavoro muscolare, adattamenti dell'organismo all'esercizio fisico.	Medico	CODROIPO
SAB	09.02	18.30	1	AREA METODOLOGICA capacità coordinative, condizionali (forza, resistenza, velocità),	Dal Mass	CODROIPO
DOM	10.02	9.00	1	AREA METODOLOGICA fattori della prestazione, mobilità articolare, capacità e abilità motoria.	Avon	CODROIPO
DOM	10.02	10.00	2	AREA METODOLOGICA Tecnica sportiva: impostazione ed evoluzione della tecnica, controllo e regolazione del gesto, teoria dell'errore.	Avon	CODROIPO
DOM	10.02	13.30	2	AREA METODOLOGICA I principi del carico fisico-modalità applicative: la super compensazione stimolo e adattamento, la dinamica carico-recupero, i parametri del carico (intensità, densità, durata, volume), la distribuzione del carico.	Dal Mass	CODROIPO
DOM	10.02	15.30	2	AREA TECNICA Tecnica e didattica delle nuotate(RANA e DELFINO/FARFALLA): analisi tecnica dei 2 stili canonici, aspetti didattico-metodologici relativi all'insegnamento e al perfezionamento dei 2 stili	Dal Mass	CODROIPO
DOM	10.02	17.30	2	LEZIONI PRATICHE Con riferimento ai contenuti teorici espressi (entrata in acqua degli allievi):	Dal Mass	CODROIPO
SAB	16.03	14.30	2	AREA TECNICA Regolamenti tecnici	Marchesan GUG	TRIESTE
SAB	16.03	16.30	2	AREA TECNICA Ginnastica educativa e pre natatoria: analisi degli esercizi in funzione degli obiettivi e dei distretti interessati, differenti modalità di proposizione ed esecuzione.	Martina M fisio	TRIESTE
SAB	16.03	18.30	1	AREA TECNICA stili e posture in acqua non codificati	Ledi	TRIESTE
DOM	17.03	9.00	1	AREA TECNICA esercitazioni tecnico-coordinative: stili alternati, combinati, dissociati ecc.	Ledi	TRIESTE
DOM	17.03	10.00	3	AREA TECNICA Organizzazione delle attività natatorie: organizzazione e realizzazione della singola lezione, organizzazione del corso di nuoto, organizzazione di una struttura didattica articolata (corsi baby, prescolari, bambini, ragazzi, adulti, terza età, disabili, scolaresche, gestanti ecc..),	Gratton	TRIESTE

DOM	17.03	14.00	3	AREA TECNICA avviamento allo sport (pre-agonismo), criteri di selezione, struttura del lavoro per gruppi evoluti di perfezionamento, organizzazione della seduta e del programma globale, la corretta formulazione e pianificazione delle attività, aspetti formali, sostanziali e comportamentali dell'insegnante	Ledi	TRIESTE
DOM	17.03	17.00	2	LEZIONI PRATICHE Con riferimento ai contenuti teorici espressi (entrata in acqua degli allievi):	Ledi	TRIESTE
SAB	13.04	14.30	2	GINNASTICA IN ACQUA Analisi degli esercizi e loro effetti, adattamenti centrali e periferici, cenni di educazione funzionale.	Barone	GEMONA
SAB	13.04	16.30	2	STRUTTURAZIONE DI ABILITA' MOTORIE SPECIFICHE Pallanuoto: le valenze educative di un'attività ludica in acqua, il gioco con la palla, dall'attività ludica all'avviamento allo sport (pallanuoto).	Avon	GEMONA
SAB	13.04	18.30	1	STRUTTURAZIONE DI ABILITA' MOTORIE SPECIFICHE Nuoto sincronizzato: elementi di base.	Avon	GEMONA
DOM	14.04	9.00	2	ATTIVITA' IN ACQUA PER UTENZE SPECIALI Attività in acqua per gestanti e prima infanzia (2 ore).	Cester	GEMONA
DOM	14.04	11.00	2	ATTIVITA' IN ACQUA PER UTENZE SPECIALI Attività motoria per la terza età (2 ore)	Avon	GEMONA
DOM	14.04	14.00	2	ATTIVITA' IN ACQUA PER UTENZE SPECIALI Attività motoria in acqua per i disabili (2 ore)	Bortolotti	GEMONA
DOM	14.04	16.00	1	STRUTTURAZIONE DI ABILITA' MOTORIE SPECIFICHE Nuoto per salvamento: elementi di base	Gratton	GEMONA
DOM	14.04	17.00	2	LEZIONI PRATICHE Con riferimento ai contenuti teorici espressi (entrata in acqua degli allievi):	Gratton	GEMONA
				TIROCINIO DIDATTICO: Da effettuarsi presso le SNF: il periodo di tirocinio verrà svolto dal candidato nel periodo di formazione didattica e sarà certificato dal tecnico responsabile della Scuola Nuoto Federale. Durante il tirocinio devono essere sviluppate tutte le tematiche trattate nel corso comprese quelle relative alla ginnastica in acqua		
mer	15.05			Esame scritto e colloquio orale		Trieste