



## PROGRAMMA

### CORSO ALLIEVO ISTRUTTORE

<b>Argomento</b>	<b>Dispense</b>
Introduzione al corso	---
L'uomo e l'acqua – aspetti educativi dell'attività	1.1
Figura e comportamento dell'istruttore	1.2
Teoria del movimento	1.3
Le attività motorie: schemi motori terrestri e acquatici. Maturazione, sviluppo, apprendimento	1.4
Il processo di comunicazione	2.1
Sviluppo cognitivo emotivo e affettivo	2.3
Costruzione dell'autostima	2.4
Intelligenza emotiva	2.5
Insegnamento e apprendimento (cenni)	2.6
Strategie didattiche e clima psicologico (cenni)	2.7
L'allievo adolescente (cenni)	2.8
Conoscenza del corpo umano	3.1
Tutela sanitaria	3.2
Ginnastica educativa e prenatatoria	4.1
Clima psicologico e impostazione disciplinare	4.2
Aspetti organizzativi	4.3
Organizzazione didattica e piani di lavoro	4.4
Livelli tecnici nella Scuola Nuoto Federale	4.5
Sicurezza in piscina: accorgimenti	4.6
Responsabilità dell'istruttore	4.7
Elementi di primo soccorso	4.8
Ambientamento e acquaticità	4.9
Galleggiamenti e spostamenti. Postura e propulsione	4.10
La locomozione in acqua e i quattro stili canonici	4.11
Diversificazioni didattiche	4.12
Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari	4.13
Metodologia: nozioni base	5.1
Regolamenti tecnici (cenni)	4.15
Attività per gestanti (cenni)	6.1
Attività neonatale (cenni)	6.2
Attività prescolare (cenni)	6.3
Attività per persone con disabilità (cenni)	6.4
Fitness in acqua: introduzione	7.1
Effetti fisiologici dell'immersione e dell'esercizio in acqua	7.3
Acqua fitness	7.4