



Roma, 14.10.2024

Prot. n. 2055

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Alle Società di Nuoto AICS
Loro Sedi

Oggetto: Corso di Formazione per Istruttore di Nuoto - Pordenone (PN) – ottobre/dicembre 2024.

La Direzione Nazionale, in collaborazione con il Comitato Regionale Friuli-Venezia Giulia organizza il Corso di Formazione per Istruttore di Nuoto che si terrà presso la Piscina Gymnasium Water Age, Via Nogaredo, 80 **Cordenons (PN)** per le lezioni teoriche e la Piscina Gymnasium Via Turati 2 - **Pordenone** per le lezioni pratiche nei mesi di ottobre-novembre-dicembre 2024.

Il corso è aperto ai tesserati AICS maggiorenni con tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso, (si può frequentare il corso a partire dai 17 anni ma il tesserino tecnico verrà rilasciato a compimento del 18mo anno); inoltre i requisiti richiesti sono:

- Essere cittadino dell'unione europea o, se cittadino extra comunitario, essere in possesso del permesso di soggiorno;
- Non aver riportato condanne penali e non aver carichi penali pendenti;
- Padronanza dei quattro stili base (crawl, dorso, rana, farfalla) compreso il tuffo di partenza;
- Nuotata subacquea;
- Galleggiamento verticale.

L'obiettivo è fornire le conoscenze teoriche e pratiche necessarie per insegnare e guidare l'attività di nuoto.

Il corso sarà tenuto da:

- **Claudio Deiuri** (Istruttrice FIN – Insegnante di Acquafitness, nuoto per la terza età e acquaticità neonatale).
- **Manuel Santarossa** (Membro della CTN AICS di Nuoto Responsabile tecnico impianto comunale natatorio Gymnasium Aviano (Pordenone)).
- **Michele Daniel** (Laurea in Scienze dell'Educazione - Istruttore nuoto FIN secondo livello Coordinatore di scuola nuoto FIN - Istruttore avviamento sport CONI)

Al termine del corso, i partecipanti sosterranno un esame che, in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento del **Diploma di Istruttore Nazionale AICS** e l'iscrizione all'Albo Nazionale, permettendo di insegnare nei Circoli AICS del territorio nazionale.

Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docente
26 ottobre 2024		Aula 15:00/17:00 iscrizione al corso, introduzione, le diverse metodologie d'insegnamento, l'equilibrio e il galleggiamento. Piscina 17:00/19:00 la costruzione dell'equilibrio e del galleggiamento.	Claudio Deiuri
02 novembre 2024		Aula 15:00/17:00 Analisi video, postura e posizione idrodinamica, la costruzione del corpo "proiettile", i tuffi, le rappresentazioni e le paure. Piscina 17:00/19:00 Postura e posizione idrodinamica, la costruzione del corpo idrodinamico, i tuffi.	Michele Daniel
09 novembre 2024		Aula 15:00/17:00 La costruzione dello spazio e dello schema corporeo, la correzione degli errori e la coerenza con le rappresentazioni. Piscina 17:00/19:00 Pratica.	Manuel Santarossa
16 novembre 2024		Aula 15:00/17:00 Ambientamento, acquaticità, gli stili natatori (Crawl, Dorso, Rana, Farfalla), le partenze e le virate. Piscina 17:00/19:00 Crawl, Dorso, Partenze e Virate.	Claudio Deiuri
23 novembre 2024		Aula 15:00/17:00 Comunicazione, relazione e apprendimento, Aula 17:00/19:00 Nuoto e disabilità, l'acqua come terapia.	Michele Daniel
30 novembre 2024		Aula 15:00/17:00 Analisi video, la respirazione, studio della respirazione del nuotatore in relazione alla velocità e alla distanza da percorrere. Piscina 17:00/19:00 La respirazione.	Michele Daniel

07 dicembre 2024	Aula 15:00/17:00 Analisi video, la propulsione, la costruzione del corpo "proiettile propulsore". Anatomia e fisiologia del corpo umano, sistemi energetici, teoria dell'allenamento. Piscina 17:00/19:00 Pratica.	Claudio Deiuri
14 dicembre 2024	Aula 15:00/17.00 Scuola nuoto adulti e ragazzi, l'organizzazione del piano vasca. Piscina 17:00/19:00 Rana, farfalla, partenza e virate.	Manuel Santarossa
21 dicembre 2024	15:00/18:00 Esame per il conseguimento della qualifica di "Istruttore di Nuoto SNS". Prove: quiz, saggio breve, colloquio, prova d'insegnamento.	Michele Daniel

Iscrizione al corso

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **22 ottobre p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail al Comitato Regionale Friuli-Venezia Giulia e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport dnsport@aics.info.

La quota di iscrizione è di € 390,00 (a persona) ed è comprensiva della documentazione didattica, del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS. Detta quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a: AICS – Comitato Regionale Friuli-Venezia Giulia – Codice IBAN: IT74D0200865010000005343143 – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Istruttore di Nuoto. La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo d'iscrizione.

Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 10 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 15 adesioni).

Un cordiale saluto.

Il Presidente
On. Bruno Molea