



COMITATO REGIONALE LIGURE

Settore Istruzione Tecnica

Viale Padre Santo 1 -16122 Genova

www.federnuoto.liguria.it

crliguria@federnuoto.it

Aggiornamento Istruttori di nuoto

7 Maggio 2023

Luogo: Genova Foltzer Acqua & Fitness Piazza Emilio Guerra 1 Genova 16159

Docente: prof. Paolo Tondina, coordinatore SIT Liguria Docente SNaQ

Titolo: *“Il corpo acquatico”, la trasformazione delle abilità motorie in acqua. Scivolare, nuotare sotto, nuotare veloci.*

Ore 08.45 Accredito dei partecipanti

Ore 09.00-11.00 Aspetti teorici. Caratteristiche delle abilità motorie, loro apprendimento e principali passaggi evolutivi. Trasformazione delle abilità motorie attraverso l’insegnamento intelligente. Tempi, metodi e mezzi dell’insegnamento dallo scivolamento alla posizione idrodinamica del nuotatore, dalla semplice spinta ai movimenti *“under water”* dei nuotatori evoluti, dalla azione di base dello stile libero alla tecnica evoluta.

Ore 11.00-13.00 Aspetti pratici. Impostazione della didattica dell’esercizio in funzione della presa di coscienza delle posizioni e dei movimenti, Esercizi di apprendimento e di sviluppo delle principali abilità del nuotatore.

Gli istruttori presenti sono invitati, per una piena acquisizione delle competenze ricercate, a partecipare attivamente alla parte pratica in acqua.

Il corso assolve agli obblighi quadriennali di aggiornamento per la qualifica di istruttore.

Le iscrizioni tramite portale federale (gestione corsi ID 125) andranno effettuate entro **il 3 Maggio 2023**, contestualmente al pagamento di € 85 e l’invio della domanda di iscrizione all’indirizzo

crliguria@federnuoto.it.