

TEORIA TECNICA E DIDATTICA DEGLI SPORT NATATORI

Programma

Anno Accademico 2014/15

responsabile Andrea Passerini, Ph.D.

FINALITÀ FORMATIVE DEL CORSO

il corso fornisce:

l'approfondimento degli aspetti tecnico-didattici delle attività natatorie con spunti di carattere metodologico e la conoscenza degli attuali metodi di ricerca scientifica adottati nelle discipline natatorie.

Inoltre, attraverso le esercitazioni pratiche, la diretta esperienza degli argomenti trattati in aula e, tanto più, un perfezionamento stilistico e una esperienza didattica.

OBIETTIVI DIDATTICI

Il corso deve garantire al futuro laureato in Scienze Motorie la totale conoscenza delle nozioni tecnico-didattiche inerenti le nuotate ma soprattutto formare lo stesso ad una capacità operativa, programmando e realizzando attività motorie in acqua sotto tutti gli aspetti: dal campo ricreativo a quello ludico e tecnico.

Alla fine del tirocinio lo studente dovrà aver acquisito una cultura di base al fine di: saper esporre e dimostrare gli esercizi propedeutici e di perfezionamento delle quattro nuotate.

SELEZIONE DI PARTENZA

Gli studenti interessati alla frequenza del Corso di Nuoto dovranno dare piena disponibilità ad effettuare esercitazioni pratiche in acqua durante le esercitazioni ed essere in grado di saper svolgere in maniera tecnicamente corretta almeno 3 nuotate, su base di mt. 25 (senza tuffo e virate).

LE VALUTAZIONI

PARTE PRATICA (da svolgere in piscina): ciascuno studente dovrà dimostrare, con l'aiuto degli altri compagni presenti in vasca, una padronanza tecnico-didattica su un argomento specifico (Project Work) scelto all'inizio del corso, che dovrà essere consegnato per iscritto, prima della fine delle lezioni, al responsabile della cattedra.

PARTE ORALE (da svolgere in aula) : Completa padronanza teorica e/o scritta degli argomenti trattati in aula e durante le esercitazioni pratiche in piscina.

ARGOMENTI DELLE LEZIONI

- 1) Il ruolo del laureato in scienze motorie in ambito lavorativo negli sport acquatici.
- 2) La cultura dell'acqua - le peculiarità delle discipline natatorie. Educazione all'acqua, valenze educative del nuoto.
- 3) L'ambientamento e l'acquaticità (finalità, obiettivi specifici, modalità di realizzazione).
- 4) Strutturazione della scuola nuoto. Gestione di un corso di nuoto in relazione ai vari livelli tecnici; i brevetti della scuola nuoto.
- 5) Tecnica e didattica della nuotata crawl sul dorso.
- 6) Tecnica e didattica della nuotata crawl sul petto.
- 7) Tecnica e didattica della nuotata a rana.
- 8) I tuffi di partenza.
- 9) Tecnica e didattica della nuotata delfino.
- 10) Le virate nelle nuotate e nei misti.
- 11) Tecniche di Salvamento e Primo Soccorso
- 12) L'organizzazione e la valutazione strumentale in acqua per lo studio delle attività natatorie.
- 13) Principi meccanici delle tecniche di nuotata (leggi di: Pascal, Stevino, Archimede, Newton, Bernoulli, le resistenze e le leve).
- 14) Elementi tecnici e didattici della Ginnastica in Acqua e dei Tuffi dal Trampolino.
- 15) Elementi tecnico-didattici della Pallanuoto, Syncro, Nuoto per Salvamento Agonistico
- 16) Nozioni sulle attività natatorie per popolazioni speciali: nuoto per neonati, attività per gestanti.
- 17) Regolamenti tecnici. Sintesi delle principali norme inerenti l'attività agonistica e l'organizzazione delle manifestazioni natatorie.

ARGOMENTI ESERCITAZIONI

Test Inizio Corso

Perfezionamento tecnico DO e SL + Virate a SL

Perfezionamento tecnico DF + Tuffi di partenza dal blocco

Perfezionamento tecnico RA + Tuffi e virate

Nuotate dei Misti Individuali + Staffette.

Approccio scientifico di ricerca con riprese subacquee e successivi passaggi di analisi.

Valutazione pratica con presentazione Project Work

TESTI

www.federnuoto.it/pdf/scuolanuotofederale.pdf

MANUALE ISTRUTTORE DI NUOTO 1° livello, AA.VV.

MANUALE ISTRUTTORE DI NUOTO 2° livello, AA.VV.

LA NUOVA SCIENZA DEL NUOTO DI J.E.COUNSILMAN, B.E.COUNSILMAN (ZANICHELLI)

APPUNTI DELLE LEZIONI

Siti per convegni e/o corsi

www.federnuoto.it

www.scuoladellosport.it

Testi di approfondimento

MONDO NUOTO AA.VV. (Ed. Calzetti Mariucci)

Andrea Passerini, Ph.D.

Rilascio del brevetto FIN per gli studenti meritevoli

Al termine del corso, le richieste dovranno essere inviate alla Federazione Italiana Nuoto - Settore Istruzione Tecnica e, per conoscenza, anche al Comitato Regionale della Federazione Italiana Nuoto di Pescara, Settore Istruzione Tecnica:

- 1) Federazione Italiana Nuoto - Stadio Olimpico Curva Nord - 00135 Roma tel. 06.362001 - Fax 06.3242501 info@federnuoto.it.
- 2) Federazione Italiana Nuoto - Comitato Regionale Abruzzo -Via Botticelli, 26 65124 Pescara (PE) tel. 085.4212132 Fax 085.4225017 crabruzzo@federnuoto.it - info@finabruzzo.it.