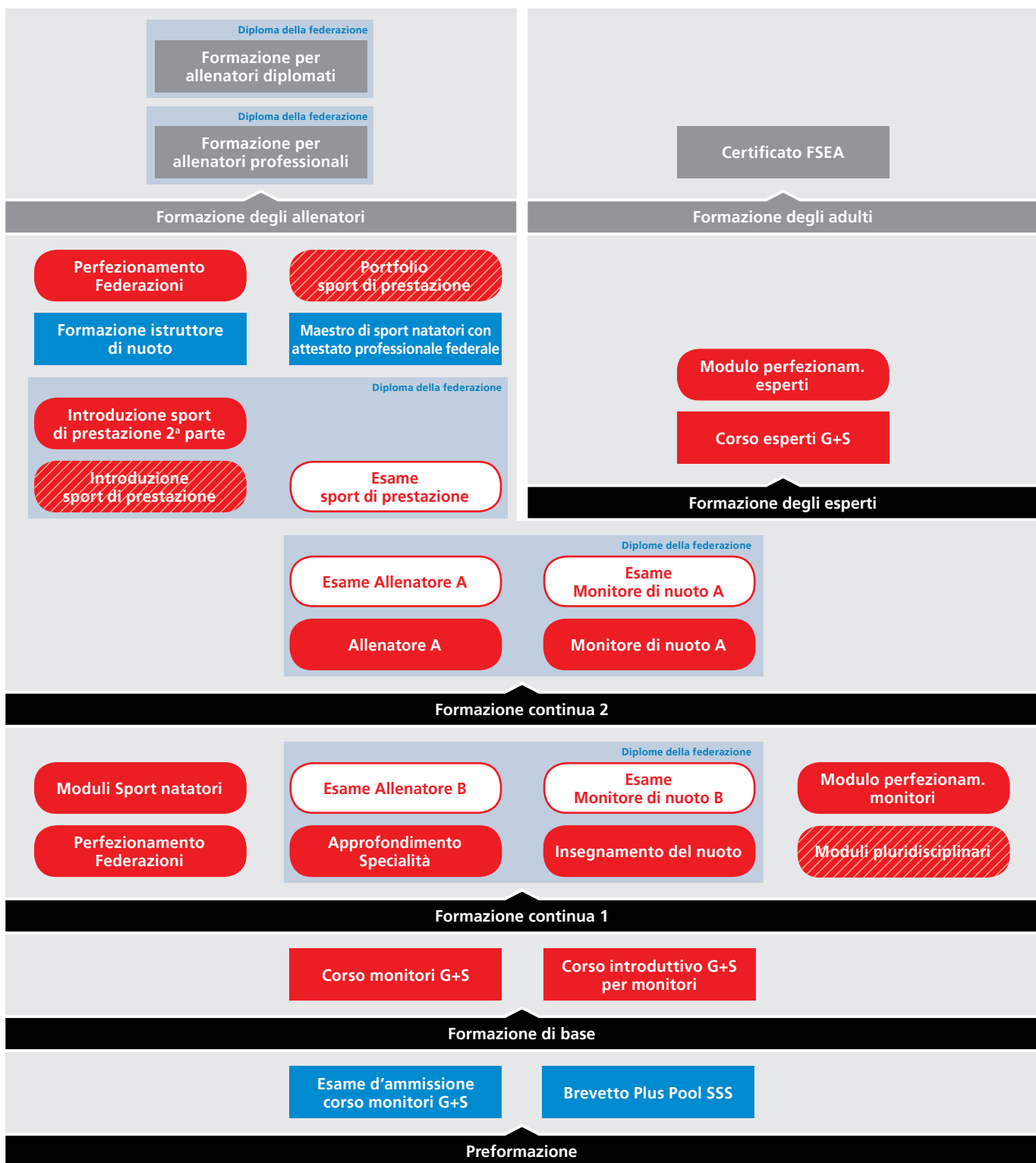




Sport natatori

Struttura della formazione



- Corsi G+S
- Moduli G+S specifici della disciplina
- Moduli G+S pluridisciplinari
- Moduli d'esame G+S
- Formazione professionale
- Corsi federali
- Riconoscimenti della federazione
- Livelli della formazione

Percorsi formativi

La formazione e il perfezionamento per monitori G+S con aggiuntivo Sport di prestazione e per esperti G+S si articola su vari livelli. Per accedere ai corsi e i moduli del livello successivo si devono assolvere con successo i corsi e i moduli previsti per il livello attuale, secondo lo schema riportato di seguito.

Allenatore G+S delle giovani leve

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Insegnamento del nuoto (4 giorni)
- Approfondimento specialità nuoto di salvataggio (3 giorni)
- Esame Monitore di nuoto B (1 giorno)

Formazione continua 2 (6 giorni):

- Monitore di nuoto A (5 giorni)
- Esame Monitore di nuoto A (1 giorno)

Specializzazione:

- Corso per esperti G+S (8-9 giorni)

Esperto G+S di nuoto (Allenatore A)

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità nuoto di competizione (5 giorni)
- Modulo Sport natatori: Allenamento Physis (2 giorni) oppure Allenamento Psiche (2 giorni) oppure Analisi video (2 giorni) oppure Open Water (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 5-6 giorni):

- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Specializzazione:

- Corso per esperti G+S (8-9 giorni)

Esperto G+S di nuoto (Monitore di nuoto A)

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Insegnamento del nuoto (4 giorni)
- Altri 3 giorni di formazione nell'Approfondimento Specialità o nei moduli sport natatori
- Esame Monitore di nuoto B (1 giorno)

Formazione continua 2 (6 giorni):

- Monitore di nuoto A (5 giorni)
- Esame Monitore di nuoto A (1 giorno)

Specializzazione:

- Corso per esperti G+S (8-9 giorni)

Monitore G+S con aggiuntivo Sport di prestazione nuoto

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità nuoto di competizione (5 giorni)
- Modulo sport natatori: Allenamento Physis (2 giorni) oppure Allenamento Psiche (2 giorni) oppure Analisi video (2 giorni) oppure Open Water (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 5-6 giorni):

- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Formazione continua 2 – sport di prestazione (per un totale di 5-6 +1 giorni):

- Introduzione allo sport di prestazione (4-5- giorni)
- Esame sport di prestazione (1 giorno)
- Portfolio sport di prestazione (1 giorno)

Esperto G+S di nuoto sincronizzato

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità nuoto sincronizzato (5 giorni)
- Modulo sport natatori: Allenamento Physis (2 giorni) oppure Allenamento Psiche (2 giorni) oppure Analisi video (2 giorni) oppure moduli interdisciplinari: Composizione e coreografia (2 giorni) oppure Musica e movimento (2 giorni) oppure Tecnica (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 5-6 giorni):

- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Specializzazione:

- Corso per allenatori G+S delle giovani leve (5-6 giorni)

Monitore G+S con aggiuntivo *Sport di prestazione di nuoto sincronizzato*

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità nuoto sincronizzato (5 giorni)
- Modulo sport natatori: Allenamento Physis (2 giorni) oppure Allenamento Psiche (2 giorni) oppure Analisi video (2 giorni) oppure moduli interdisciplinari: Composizione e coreografia (2 giorni) oppure Musica e movimento (2 giorni) oppure Tecnica (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 5-6 giorni):

- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Formazione continua 2 – sport di prestazione (per un totale di 5-6 +1 giorni):

- Introduzione allo sport di prestazione (4-5 giorni)
- Esame sport di prestazione (1 giorno)
- Portfolio sport di prestazione (1 giorno)

Esperto G+S di pallanuoto

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità pallanuoto (5 giorni)
- Modulo sport natatori: Allenamento Physis (2 giorni) oppure Allenamento Psiche (2 giorni) oppure modulo interdisciplinare Coaching 1 (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 7-8 giorni):

- Perfezionamento Federazione Swiss Waterpolo (seminario per allenatori 2 giorni)
- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Specializzazione:

- Corso per esperti G+S (8-9 giorni)

Monitore G+S con aggiuntivo *Sport di prestazione pallanuoto*

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità Pallanuoto (5 giorni)
- Modulo Sport natatori: Allenamento Physis (2 giorni) oppure Allenamento Psiche (2 giorni) oppure modulo interdisciplinare Coaching 1 (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 7-8 giorni):

- Perfezionamento Federazione Swiss Waterpolo (Seminario per allenatori 2 giorni)
- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Formazione continua 2 – sport di prestazione (per un totale 5-6 +1 giorni):

- Introduzione allo sport di prestazione (4-5 giorni)
- Esame sport di prestazione (1 giorno)
- Portfolio sport di prestazione (1 giorno)

Esperto G+S di tuffi

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità tuffi (5 giorni)
- Modulo sport natatori: Allenamento Psiche (2 giorni) oppure Allenamento Physis (2 giorni) oppure Analisi video (2 giorni) oppure modulo interdisciplinare Applicare trampolino 1 o 2 (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 5-6 giorni):

- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Specializzazione:

- Corso per esperti G+S (8-9 giorni)

Monitore G+S con aggiuntivo *Sport di prestazione tuffi*

Formazione di base:

- Corso per monitori G+S (6 giorni) o corso introduttivo G+S per monitori (1-3 giorni)

Formazione continua 1 (per un totale di 8 giorni):

- Approfondimento specialità tuffi (5 giorni)
- Modulo sport natatori: Allenamento Psiche (2 giorni) oppure Allenamento Physis (2 giorni) oppure Analisi video (2 giorni) oppure modulo interdisciplinare Applicare trampolino 1 o 2 (2 giorni)
- Esame Allenatore B (1 giorno)

Formazione continua 2 (per un totale di 5-6 giorni):

- Allenatore A (4-5 giorni)
- Esame Allenatore A (1 giorno)

Formazione continua 2 – sport di prestazione (per un totale di 5-6 +1 giorni):

- Introduzione allo sport di prestazione (4-56 giorni)
- Esame sport di prestazione (1 giorno)
- Portfolio sport di prestazione (1 giorno)

Livelli della formazione

Formazione di base

Corso per monitori G+S

Per accedere al corso per monitori G+S sono indispensabili l'esame d'ammissione al corso monitori G+S e il brevetto Plus Pool SSS. Il corso per monitori G+S sport natatori dura 6 giorni e viene offerto in un unico blocco o suddiviso in più parti. Assolto con successo il corso monitori G+S, i partecipanti ottengono un riconoscimento specifico alla specialità (*nuoto, nuoto di salvataggio, nuoto sincronizzato, pallanuoto, tuffi*). Il riconoscimento è ad es. *monitore G+S nuoto sport per i giovani*.

Corso introduttivo per monitori G+S

Sono ammessi al corso gli allenatori, i maestri di sport natatori e gli insegnanti di sport con un titolo di allenatore o di maestro di sport natatori ottenuto in Svizzera o all'estero o con una formazione pregressa equivalente. Sono inoltre ammessi i monitori G+S sport natatori che desiderano ottenere un riconoscimento G+S sport per i giovani in un'altra specialità degli sport natatori. Il corso può essere organizzato per un gruppo ridotto. Assolto con successo il corso monitori G+S, i partecipanti ottengono un riconoscimento specifico alla specialità (*nuoto, nuoto di salvataggio, nuoto sincronizzato, pallanuoto, tuffi*). Il riconoscimento è ad es. *monitore G+S pallanuoto sport per i giovani*. Se si dimostra una formazione pregressa pertinente si può ottenere direttamente il riconoscimento di un livello superiore.

Formazione continua 1

Approfondimento delle specialità

Il modulo «Approfondimento Specialità» viene organizzato per ciascuna specialità (nuoto di salvataggio, nuoto di competizione, pallanuoto, nuoto sincronizzato, tuffi). I moduli nuoto di competizione, pallanuoto, nuoto sincronizzato e tuffi (5 giorni) approfondiscono insegnamento, pianificazione dell'allenamento, tecnica e correzione della tecnica. Il modulo nuoto di salvataggio (3 giorni) tratta la tecnica specifica della specialità (tecniche di salvataggio, immersione, mettere in salvo, pool prevenzione, impiego di mezzi di salva-

taggio e aiuto d'emergenza) nonché la metodologia dell'insegnamento e la didattica. Nel modulo nuoto di salvataggio si assolve l'Expert Pool SSS. La caratteristica principale risiede nella trasmissione metodologica del nuoto di salvataggio nella piscina.

Insegnamento del nuoto

Tra i contenuti del modulo «Insegnamento del nuoto» (4 giorni) vi sono: approfondimento di metodologia e didattica delle lezioni di nuoto (adeguatamente all'età), insegnamento del movimento con una particolare attenzione alla correzione nonché alla formazione tecnica nel nuoto, nei tuffi, nel nuoto sincronizzato e nella pallanuoto.

Moduli sport natatori

Il modulo «Allenamento Physis» (2 giorni) è dedicato a temi legati alla psicologia dello sport, l'allenamento, la forza e l'allenamento della velocità nonché la resistenza e la mobilità. Sono ammessi i monitori di tutte le discipline sportive degli Sport natatori e dello Sport scolastico. Chi assolve il modulo ottiene la qualifica aggiuntiva *Physis*, la quale autorizza i monitori a dirigere gli allenamenti della condizione fisica nelle altre discipline sportive G+S.

Il modulo «Allenamento della Psiche» (2 giorni) verte sulle basi del coaching e dell'allenamento mentale nonché i metodi semplici della psico-regolazione. Sono ammessi i monitori di tutte le discipline sportive degli Sport natatori e dello Sport scolastico. Chi assolve il modulo ottiene la qualifica aggiuntiva *Psiche*, la quale autorizza i monitori a dirigere gli allenamenti della psiche nelle altre discipline sportive G+S.

Il modulo «Open Water» (2 giorni) tratta i temi seguenti: la pianificazione dell'allenamento Open Water/Triathlon, l'alimentazione, il coaching, regolamenti e tecnica natatoria specifica. Sono ammessi i monitori di tutte le discipline sportive degli sport natatori, del triathlon e dello sport scolastico.

Il modulo «Forme di gioco in acqua» (2 giorni) si focalizza sul tema imparare giocando – giocare imparando.

Il modulo «Mondo subacqueo» (2 giorni) infonde le basi per insegnare il nuoto e l'immersione libera a tutti i livelli con una particolare attenzione all'animazione e agli sport di squadra.

Il modulo «Analisi video» (2 giorni) illustra come usare con intelligenza e efficacia video, analisi tecnica e metodologia del feedback (tramite video) nonché come elaborare sequenze di immagini, ecc.

Moduli pluridisciplinari

I moduli «Coreografia», «Musica e movimento» e «Tecnica» vengono offerti da ginnastica e danza G+S sono aperti ai monitori di nuoto sincronizzato.

I monitori di pallanuoto possono frequentare il modulo «Coaching 1» offerto dagli sport di squadra.

Ai monitori di tuffi è accessibile il modulo «Applicare trampolino 1 o 2» offerto nella ginnastica.

Moduli interdisciplinari (adatti a tutti gli sport)

I moduli interdisciplinari (moduli I) si occupano di temi che trascendono i contenuti della singola disciplina sportiva, come ad esempio comunicazione, preparazione fisica e aspetti mentali. Sono aperti ai monitori di tutte le discipline con riconoscimento G+S valido o scaduto. Sono validi per adempiere al dovere di perfezionamento e prolungano di 2 anni il riconoscimento di monitore G+S sport per i giovani.

Moduli «Agire per prevenire» e «Agire per integrare»

I moduli destinati alla prevenzione si occupano di temi come sostanze che provocano dipendenza, doping o violazioni della sfera intima e suggeriscono come affrontare il problema. I moduli in materia di integrazione si concentrano sulla multiculturalità e sullo sport handicap; durano 3-6 ore e prolungano il riconoscimento valido. Fa eccezione il modulo «Sport e handicap», della durata di due giorni, che prolunga anche i riconoscimenti scaduti.

Esame allenatore B/monitore di nuoto B

La formazione di monitore di nuoto è una formazione comune a tutte le specialità degli sport natatori. I futuri istruttori di nuoto o Maestri di sport natatori con attestato professionale federale assolvono l'«Esame Monitore di nuoto B. Persone che lavorano come allenatore in una disciplina natatoria Personen, welche in einer Schwimmsportdisziplin als Trainer arbeiten si sottomettono all'«Esame Allenatore B». Per intraprendere una carriera da esperto G+S è necessario superare uno dei due esami.

La formazione continua 1 si conclude con i moduli «Esame Allenatore B» e «Esame Monitore di nuoto B» (ognuno della durata di 1 giorno). L'esame prevede una parte pratica e una teorica. Valgono condizioni d'ammissione specifiche alla disciplina sportiva (si vedano i percorsi formativi).

Modulo di perfezionamento per monitori

Il «Modulo di perfezionamento per monitori» (1-2 giorni) vale come adempimento dell'obbligo di perfezionamento e prolunga di due anni i riconoscimenti di monitore G+S.

Perfezionamento Federazioni

Il «Perfezionamento Federazioni» (1-2 giorni) viene offerto dalle federazioni e vale come adempimento dell'obbligo di perfezionamento per monitori G+S. Con questi moduli le federazioni possono prolungare i riconoscimenti in base ai bandi di concorso.

Formazione continua 2

Allenatore A

Il modulo «Allenatore A» (4-5 giorni) tratta l'approfondimento dell'insegnamento, del movimento e dell'allenamento

nonché la tecnica specifica della specialità praticata (disciplina sportiva degli sport natatori).

Monitore di nuoto A

Il modulo «Monitore di nuoto A» (5 giorni) tratta temi inerenti l'approfondimento dell'insegnamento, del movimento e dell'allenamento nonché della tecnica specifica.

Esame allenatore A / monitore di nuoto A

La formazione di monitore di nuoto è una formazione comune a tutte le discipline sportive degli sport natatori. I futuri istruttori di nuoto o Maestri di sport natatori con attestato professionale federale assolvono l'«Esame Monitore di nuoto A». Personen, welche in einer Schwimmsportdisziplin als Trainer arbeiten, assolvono l'«Esame Allenatore A». Per intraprendere una carriera da esperto G+S è necessario assolvere uno dei due esami.

Sono ammessi coloro che hanno frequentato il modulo d'esame corrispondente (Allenatore A → Esame Allenatore A, Monitore di nuoto A → Esame Monitore di nuoto A).

Formazione continua 2 – sport di prestazione

Introduzione allo sport di prestazione

Al modulo «Introduzione allo sport di prestazione» sono ammessi monitori che hanno ottenuto una raccomandazione sufficiente nell'«Esame allenatore A» o che adempiono i requisiti di una raccomandazione condizionale. Il modulo consiste in una prima parte interdisciplinare (2 giorni) e in una seconda specifica alla disciplina sportiva (2-3 giorni).

Esame sport di prestazione

All'«Esame sport di prestazione» (1 giorno) sono ammessi monitori che anno superato il modulo «Introduzione allo sport di prestazione». Se superato, l'esame conferisce (se non già ottenute) le aggiunte *Psiche* e *Physis* come pure l'aggiunta meramente informativa *Foco 2 SP*.

Portfolio sport di prestazione

Al modulo «Portfolio sport di prestazione» (1 giorno) sono ammesse persone che possiedono l'aggiunta *Foco 2 SP*. Se superato, il modulo abilita all'aggiuntivo *Sport di prestazione* che a sua volta dà accesso ai moduli della formazione degli allenatori.

Formazione per allenatori

La formazione per allenatori è offerta dall'Ufficio federale dello sport UFSPPO su mandato di Swiss Olympic.

Per accedere alla formazione per allenatori occorre l'aggiunta *Sport di prestazione* al riconoscimento e la raccomandazione della corrispondente federazione.

Chi ha superato con successo la formazione per allenatori ha diritto al titolo *allenatore di sport di prestazione con certificato professionale federale*.

Chi ha superato con successo la formazione di diploma per allenatori ha diritto al titolo *diploma di allenatore di sport di punta*.

Tutti i monitori G+S che possiedono l'aggiunta *Sport di prestazione* hanno accesso ai singoli moduli della formazione per allenatori.

Specializzazione per gli esperti

Corso per esperti G+S

Per l'ammissione al corso esperti G+S occorre aver assolto con successo l'«Esame Allenatore A» oppure l'«Esame Monitore di nuoto A» e ricevere la raccomandazione dell'Ufficio federale dello sport (UFSPO) come pure della federazione. Esso consta di una prima parte dedicata alle basi (3 giorni) e una seconda parte di pratica in un modulo (4-5 giorni) nonché di una giornata di valutazione oppure di pratica in un corso per monitori di sport natatori. L'UFSPO decide in merito alle ammissioni.

Modulo di perfezionamento per esperti

Il «Modulo di perfezionamento per esperti» vale come adempimento dell'obbligo di perfezionamento e prolunga di due anni i riconoscimenti di esperto G+S e monitore G+S.

Formazione degli adulti

Gli esperti G+S riconosciuti che soddisfano le specifiche esigenze di ammissione partecipando alla «Giornata per la certificazione FSEA» possono ottenere il certificato FSEA (livello 1) «Animare corsi per adulti». Partendo da esso si può proseguire la formazione frequentando altri moduli (livello 2-5) fino a ottenere il titolo di «Responsabile di formazione con diploma federale». Questi moduli devono essere frequentati presso strutture esterne perché non vengono offerti nel quadro dello sport per i giovani e per gli adulti.

Accesso allo sport per i bambini

I monitori con riconoscimento G+S sport per i giovani sono abilitati a frequentare corsi introduttivi G+S sport per i bambini. Tali corsi portano a un riconoscimento specifico nella specialità (*nuoto, nuoto di salvataggio, nuoto sincronizzato, pallanuoto, tuffi*). Il riconoscimento è ad esempio di *monitore G+S nuoto sport per i giovani*.

Accesso allo sport per gli adulti

I monitori G+S riconosciuti sono abilitati a frequentare corsi introduttivi dello sport per gli adulti esa.

Riconoscimento della federazione

Swiss Swimming rilascia i seguenti riconoscimenti federali.

Per gli allenatori nelle specialità nuoto, nuoto sincronizzato, pallanuoto e tuffi.

- *Allenatore B* dopo aver superato il modulo «Esame Allenatore B»
- *Allenatore A* dopo aver superato il modulo «Esame Allenatore A»
- *Allenatore Bronzo* dopo aver frequentato il corso per allenatori delle giovani leve G+S
- *Allenatore Argento* dopo aver superato l'«Esame sport di prestazione»
- *Allenatore Oro* dopo aver assolto la formazione per allenatori diplomati.
- *Allenatore Platino* dopo aver assolto la formazione per allenatori diplomati o titolo equivalente e riconoscimenti di altro tipo. Conferimento solo su proposta di Swiss Swimming.

Per i maestri di sport natatori:

- *Maestro di sport natatori B* dopo aver superato il modulo «Esame Monitore di nuoto B» e soddisfatto le condizioni richieste dalla federazione.
- *Maestro di sport natatori A* dopo aver superato il modulo «Esame Monitore di nuoto A» e soddisfatto le condizioni richieste dalla federazione.

Presso swimsports.ch è possibile assolvere la formazione della federazione di *istruttore di nuoto*. Per accedervi bisogna aver superato l'«Esame monitore di nuoto A» nonché alcuni moduli di formazione di swimsports.ch (si veda «Insegnanti di nuoto» nella struttura della formazione).

La formazione professionale di *Maestro di nuoto con certificato professionale federale* può essere seguita presso swimsports.ch o Swiss-Swimming (informazioni v. la federazione corrispondente).

Particolarità

I dettagli delle varie offerte della formazione dei quadri (condizioni di ammissione, disposizioni per gli esami, etc.) sono disponibili nelle singole direttive e nei piani quadro di formazione delle rispettive offerte.

L'abilitazione ad esercitare come monitore figura nel promemoria corsi per i giovani.

Insegnanti di educazione fisica

Se tramite il monitore G+S di sport scolastico viene richiesto il riconoscimento in una specialità degli sport natatori, esso è rilasciato solo se il monitore è in possesso di un brevetto Plus Pool SSS.

Gli insegnanti di educazione fisica possono accedere ad una formazione per esperti abbreviata. L'Ufficio federale

dello sport (UFSP) decide in merito alle condizioni d'ammissione.