



## Direttive per l'esame di allenatore B di nuoto

### 1 In generale

L'esame di allenatore B di nuoto comprende le parti seguenti:

- Competenza specifica teorica
- Competenza specifica pratica
- Competenza metodologica

La scala di valutazione va da 1 a 4; il 4 è il punteggio più alto. 1.99 o meno è insufficiente. Per ogni argomento d'esame si deve raggiungere almeno la sufficienza (2.0).

### 2 Competenza specifica teorica (scritta)

Esame scritto su argomenti specifici della disciplina e su contenuti generali di G+S (corso base e perfezionamento 1).

### 3 Competenza specifica pratica (tecnica)

I 4 stili sono valutati singolarmente, le note sommate e poi divise per quattro per assegnare la nota tecnica

tecnica del nuoto (valutazione con partenze e virate):

- 50 m delfino con virata
- 50 m crawl con virata
- 50 m rana con virata
- 50 m dorso con virata

*Criteri: competenze di base corrette, in particolare posizione in acqua (piatta), respirazione (nel flusso del movimento), postura gomito-avanti, colpo di gambe (dai fianchi nel delfino, dorso e crawl; simmetrica nella rana), ritmo (schemi di base corretti). Stili di nuoto secondo le regole FINA.*

Durante l'esame non viene dato nessun riscontro e non è comunicata nessuna nota

Inoltre, devono essere effettuate delle visite di osservazione (visite di 2 - 5 allenamenti presso un allenatore A o superiore di Swiss Aquatics).

I risultati delle osservazioni dell'allenamento sono riportati per iscritto in un breve rapporto di 1 - 2 pagine e inoltrati via e-mail a [education@swiss-aquatics.ch](mailto:education@swiss-aquatics.ch) 1 mese prima dell'esame.

### 4 Competenza metodologica

La nota per la competenza metodologica comporta l'osservazione, la valutazione e la consulenza di una persona (partecipante all'esame) che dimostra due stili di nuoto. La valutazione di due stili dà una nota ciascuno. Queste vengono sommate e divise per 2, facendo scaturire la nota finale per la competenza metodologica.

*Criteri per la valutazione: trovato l'errore principale, correzione motivata, tipo di feedback*

### 5 Disposizioni finali

In tutti i casi non menzionati nel regolamento, decide la commissione d'esame.

Le sezioni insufficienti possono essere ripetute alle regolari date d'esame nel senso di un riesame.