



# Regolamento d'esame Allenatrice/Allenatore di nuoto B

## 1 In generale

L'esame per allenatrice/allenatore di nuoto B comprende le seguenti parti d'esame:

- comprendere il nuoto – teoria,
- comprendere il nuoto – tecnica & good practice,
- insegnare il nuoto.

La scala di valutazione va da 1 a 4; 4 è il voto più alto e 1.99 o inferiore è insufficiente. Ogni materia d'esame deve essere almeno sufficiente (2.0).

Durante l'esame non viene fornito alcun feedback e non vengono comunicati i voti.

## 2 Comprendere il nuoto – teoria (scritto)

- L'esame scritto comprende contenuti del manuale G+S nuoto.
- L'esame comprende tutte le conoscenze teoriche tratte dai contenuti dei moduli per allenatrice/allenatore B 1 + 2.

## 3 Comprendere il nuoto – pratica

I quattro stili di nuoto vengono valutati singolarmente, i punteggi vengono sommati e successivamente divisi per quattro, ottenendo quindi un voto tecnico complessivo.

Tecnica di nuoto (valutazione con partenza e virata):

- 50 metri farfalla, incluse la partenza e la virata,
- 50 metri stile libero, incluse la partenza e la virata,
- 50 metri rana, incluse la partenza e la virata,
- 50 metri dorso, incluse la partenza e la virata.

*Criteri: competenze base corrette, in particolare la posizione del corpo nell'acqua (piatta), respirazione (nel flusso del movimento), posizione dei gomiti in avanti, colpi di gambe (dalle anche nel delfino, dorso e stile libero); simmetrica durante i colpi di gamba a rana), ritmo (i modelli di base devono essere corretti). Stili di nuoto secondo le regole di AQUA.*

È richiesta, inoltre, una fase di osservazione (visita di almeno due allenamenti presso un centro di promozione delle giovani leve di Swiss Aquatics con un gruppo di livello F3-T1). Gli insegnamenti tratti dalle osservazioni degli allenamenti devono essere riassunti in un breve rapporto di 1-2 pagine, redatto secondo il modello fornito da Swiss Aquatics, e inviato per e-mail a [education@swiss-aquatics.ch](mailto:education@swiss-aquatics.ch) un mese prima dell'esame.

Il rapporto è rilevante ai fini d'ammissione e viene valutato con «superato»/«non superato».

## 4 Insegnare il nuoto – orale

Il voto «Insegnare il nuoto» è composto dall'osservazione, dalla valutazione e dalla consulenza di una persona (partecipante all'esame) che mostra due stili di nuoto. La valutazione dei due stili di nuoto genera un voto per ciascuno. Essi vengono sommati e quindi divisi per due, ottenendo così il voto finale per «Insegnare il nuoto».

*Criteri per la valutazione: trovato un errore fondamentale, esercizio di correzione giustificato, tipo di feedback*

## 5 Disposizioni finali

In tutti i casi non previsti dal regolamento, decide la commissione d'esame.



Gli esami possono essere ripetuti nelle date definite per le sessioni d'esame (di recupero). In tal caso, le parti insufficienti devono essere ripetute interamente. A partire dalla seconda ripetizione possono essere imposte determinate condizioni supplementari prima che venga concessa l'autorizzazione a ripetere nuovamente l'esame.