



Scuola Nuoto Federale Rari Nantes Florentia A.S.D.

Corso Istruttore di Nuoto – Firenze febbraio-marzo 2026

SEDI: Impianto Nannini di Bellariva - Lungarno Aldo Moro 6
Piscina Sede Raspini - Lungarno Francesco Ferrucci, 24



PIANO DEL CORSO

Il presente programma potrebbe subire delle variazioni che saranno tempestivamente comunicate ai corsisti

SEDE	DATA	ORA	AREA	TEMA	ORE	TIPO	RIF DISPENSA	DOCENTE / ESPERTO
Piscina Raspini	lun 2 feb 26	dalle 20,30 alle 21,30	AMMISSIONE AL CORSO	Prova pratica attitudinale		PRATICA		F. Verniani / Mazzoni
	mar 3 feb 26	dalle 12,00 alle 13,00	AMMISSIONE AL CORSO	Prova pratica attitudinale		PRATICA		F. Verniani / Mazzoni
Piscina Raspini	gio 5 feb 26	19.30 - 21.00	Presentazione del corso		1,5			F. Verniani
Piscina Raspini	dom 8 feb 26	13.00 - 15.00	ATTIVITÀ SPECIALI	Nuoto Artistico	2	PRATICA	4.16	Eugenia Panettieri/F.Bartoli
Piscina Bellariva	mer 11 feb 26	20.15 - 22.15	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Ambientamento e acquaticità	2	PRATICA	4.8	Fabiana Cortini
Piscina Raspini	dom 15 feb 26	14.00 - 16.00	ATTIVITÀ SPECIALI	Cenni di fitness in acqua	2	PRATICA	7.1 - 7.2 - 7.3 - 7.4	Eugenia Panettieri/M. Tagliati
Piscina Raspini (sala)	lun 16 feb 26	19.30 - 21.30	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Ginnastica educativa e prenataloria	2	PRATICA a secco	4.1	Eugenia Panettieri
Piscina Bellariva	mer 18 feb 26	20.15 - 22.15	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Galleggiamenti e spostamenti, posture e propulsione	2	PRATICA	4.9	Fabiana Cortini
Piscina Raspini	lun 23 feb 26	13.00 - 15.00	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	La locomozione in acqua e i 4 stili canonici	2	PRATICA	4.10-4.11	Eugenia Panettieri
Piscina Bellariva	gio 26 feb 26	20.15 - 22.15	ATTIVITÀ SPECIALI	Pallanuoto in corsia	2	PRATICA	4.15	Eugenia Panettieri/M. Tagliati
Piscina Raspini	dom 1 mar 26	13.00 - 15.00	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Tecnica e progressione didattica crawl e dorso	2	PRATICA	4.12 - 4.14	Eugenia Panettieri
Piscina Bellariva	gio 5 mar 26	20.15 - 22.15	ATTIVITÀ SPECIALI	Nuoto per salvamento in corsia	2	PRATICA	4.17	Eugenia Panettieri/M. Tagliati
Piscina Raspini	dom 8 mar 26	13.00 - 15.00	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Tecnica e progressione didattica rana e farfalla	2	PRATICA	4.12 - 4.14	Eugenia Panettieri

18

continua

LEZIONI DA SEGUIRE ON LINE SU PIATTAFORMA FIN - <https://formazione.federnuoto.it>

Il materiale online è da consultare in autonomia entro la fine del corso, il sistema prevede il report delle lezioni visualizzate dall'utente.

STRUMENTO	SCADENZA	AREA	TEMA	ORE	TIPO	RIF DISPENSA
FAD	da consultare entro fine corso	INTRODUZIONE	Contenuti e obiettivi del corso	1,5	ON LINE	
FAD	da consultare entro fine corso	INTRODUZIONE	Aspetti amministrativi	1,5	ON LINE	
FAD	da consultare entro fine corso	CULTURA DELL'ACQUA	La piscina inclusiva	1	ON LINE	
FAD	da consultare entro fine corso	CULTURA DELL'ACQUA	L'uomo e l'acqua	1	ON LINE	1.1
FAD	da consultare entro fine corso	CULTURA DELL'ACQUA	Figura e ruolo dell'istruttore	1	ON LINE	1.2
FAD	da consultare entro fine corso	CULTURA DELL'ACQUA	Cenni di teoria del movimento	1	ON LINE	1.3
FAD	da consultare entro fine corso	CULTURA DELL'ACQUA	Schemi motori terrestri e acquatici	1	ON LINE	1.4
FAD	da consultare entro fine corso	CULTURA DELL'ACQUA	Costruzione di abilità motorie negli sport acquatici	1	ON LINE	1.5-1.6
FAD	da consultare entro fine corso	CULTURA DELL'ACQUA	Dalla competenza motoria al talento sportivo	1	ON LINE	1.7
FAD	da consultare entro fine corso	BIOFISIOLOGIA	Il corpo umano	6	ON LINE	3.1-3.2
FAD	da consultare entro fine corso	BIOFISIOLOGIA	Elementi di primo soccorso	2	ON LINE	4.7
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Il processo di comunicazione	1	ON LINE	2.1
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Gestione del singolo e del gruppo	1	ON LINE	2.2
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Sviluppo cognitivo emotivo e affettivo	1	ON LINE	2.3
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Intelligenza emotiva e competenza sociale	1	ON LINE	2.5
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Costruzione dell'autostima	1	ON LINE	2.4
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Insegnamento e apprendimento	1	ON LINE	2.6
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Strategie didattiche e clima psicologico	1	ON LINE	2.7
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	Tipologie di allievo	1	ON LINE	2.8-2.9
FAD	da consultare entro fine corso	PSICOPEDAGOGIA	La tutela dei minori nello sport	2	ON LINE	
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Aspetti organizzativi	1	ON LINE	4.4
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	La scuola nuoto federale	1	ON LINE	4.2
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Organizzazione della scuola nuoto	1	ON LINE	4.3-4.13
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Sicurezza in piscina	1	ON LINE	4.5
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Responsabilità dell'istruttore	1	ON LINE	4.6
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Ginnastica educativa e prenataloria	1	ON LINE	4.1
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Ambientamento e acquaticità	1	ON LINE	4.8
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Galleggiamenti e spostamenti, posture e propulsione	1	ON LINE	4.9
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	La locomozione in acqua e i quattro stili canonici	1	ON LINE	4.10-4.11
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari	1	ON LINE	4.12-4.14
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Cenni di fitness in acqua	2	ON LINE	7.1-7.2-7.3
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Pallanuoto in corsia	2	ON LINE	4.15
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Nuoto artistico in corsia	2	ON LINE	4.16
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Nuoto per salvamento in corsia	2	ON LINE	4.17
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	L'avviamento all'attività sportiva		ON LINE	
FAD	da consultare entro fine corso	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Responsabilità dell'istruttore	1	ON LINE	4.6
FAD	da consultare entro fine corso	POPOLAZIONI E ATTIVITÀ SPECIALI	Cenni di attività per gestanti	1	ON LINE	6.1
FAD	da consultare entro fine corso	POPOLAZIONI E ATTIVITÀ SPECIALI	Cenni di attività neonatale	1	ON LINE	6.2
FAD	da consultare entro fine corso	POPOLAZIONI E ATTIVITÀ SPECIALI	Cenni di attività prescolare	1	ON LINE	6.3
FAD	da consultare entro fine corso	POPOLAZIONI E ATTIVITÀ SPECIALI	Cenni di attività per adulti e terza e quarta età	1	ON LINE	6.5

51

ESAMI

(Test Scritto + Colloquio)

Alle prove d'esame sono ammessi solo coloro che hanno partecipato ad un minimo di 80% delle ore di lezione in presenza (16 su 20) e svolto il tirocinio pratico previsto (50 ore).

luogo da definire	DATA DA DEFINIRE	ORA DA DEFINIRE	ESAMI SESSIONE 1
-------------------	------------------	-----------------	------------------

INFORMAZIONI e DETTAGLI: formazione@rarinantesflorentia.it

REGOLAMENTO SETTORE ISTRUZIONE TECNICA: <https://www.federnuoto.it/home/formazione/sit/norme-e-documenti/2704-regolamento-settore-istruzione-tecnica-1/file.html>