



RARI NANTES FLORENTIA ASD

mail formazione@rarinantesflorentia.it

web www.rarinantesflorentia.it



CORSO ISTRUTTORE NUOTO F.I.N. - Firenze

(periodo ottobre –dicembre 2026)

L'ASD Rari Nantes Florentia, in qualità di Scuola Nuoto Federale (SNF) ed in seguito al progetto sperimentale voluto dalla Federazione Italiana Nuoto con delibera federale n. 47 del 27 ottobre 2023, indice ed organizza un **Corso per Istruttore di nuoto F.I.N. (responsabile corso Fabrizio Verniani)**

Le sedi del corso saranno le seguenti:

- Piscina di Bellariva – Lungarno Aldo Moro, 6 - Firenze
- Piscina "Raspini" Lungarno Francesco Ferrucci, 24 – Firenze

Le iscrizioni si effettuano inviando il modulo allegato al seguente link

<https://forms.gle/QUepARiCKF2X2e9y9>

entro martedì 6 ottobre - il numero è limitato (min 15 - max 30 posti) - unitamente al certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica rilasciato dal medico di famiglia o da un medico sportivo, al documento d'identità e il codice fiscale/tessera sanitaria

Le iscrizioni potranno essere chiuse anticipatamente al raggiungimento del numero massimo.

Le prove attitudinali (sono esentati coloro di cui al punto 5 dei Requisiti di ammissione al corso) si svolgeranno

- **Giovedì 8 ottobre ore 20.00-21.00**
- **Venerdì 9 ottobre ore 12.00-13.30**

presso la piscina Raspini (Lungarno F. Ferrucci, 24 - 50126 Firenze). **La data scelta dovrà essere indicata nel form**

Il giorno stesso della prova il candidato, munito di documento di riconoscimento, dovrà consegnare la ricevuta del pagamento della quota prevista per la prova attitudinale di **euro 25,00** (da pagare tramite bonifico bancario IBAN IT 15 U 03069 02889 100000006688 intestato a Rari Nantes Florentia ASD con causale "prova corso istruttori")

In caso di non superamento della prova attitudinale non verranno rimborsati i 25,00 euro versati.

Prova pratica attitudinale

Nel corso della prova pratica attitudinale il candidato deve dimostrare di possedere le abilità motorie acquatiche necessarie per svolgere le funzioni di Istruttore.



RARI NANTES FLORENTIA ASD

mail formazione@rarinantesflorentia.it

web www.rarinantesflorentia.it



In particolare, deve saper eseguire:

1. tuffo di testa con tecnica adeguata, tale cioè da non comportare squalifica se eseguito in un contesto agonistico;
2. recupero di oggetto posto a un minimo di 2 metri di profondità (in caso di profondità inferiore, di due oggetti posti ad almeno 6 metri di distanza l'uno dall'altro);
3. percorrenza di almeno 12 metri in subacquea;
4. stazionamento verticale con gambe a bicicletta per almeno 20 secondi;
5. 25 metri di nuoto per ciascuno degli stili regolamentari (farfalla – dorso – rana – stile libero) con tecnica adeguata, tale cioè da non comportare squalifica se eseguita in un contesto agonistico.

Requisiti di ammissione al corso

Per partecipare al corso Istruttore il candidato deve:

1. aver compiuto 16 anni al momento della prova pratica attitudinale;
2. essere in possesso almeno della licenza secondaria di primo grado (diploma di Scuola media inferiore);
3. non aver riportato condanne penali ai sensi dell'art. 4.1 comma 5 del Regolamento del SIT;
4. disporre di certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica di cui all'art. 3 del Decreto del Ministero della Salute del 24 aprile 2013 in corso di validità, da consegnare prima dello svolgimento della prova pratica attitudinale di cui al punto successivo o al momento della prima lezione in presenza per coloro esentati dalla prova.
5. superare una prova pratica attitudinale, dalla quale sono esentati gli atleti tesserati agonisti o ex atleti nelle discipline del nuoto, pallanuoto, nuoto sincronizzato, nuoto per salvamento con almeno quattro anni di tesseramento nel decennio antecedente la prova pratica.

Procedura e costo per l'iscrizione al corso

A partire dal 9 ottobre ed entro la prima lezione del corso (19.10.2026) coloro che avranno superato la prova attitudinale e quelli esentati dal sostenerla che intendono iscriversi dovranno:

- provvedere, successivamente alla autorizzazione del corso da parte del competente Comitato FIN, ad accedere all'apposito portale federale e compilare tutti i campi richiesti, corrispondendo la quota partecipativa al corso di competenza FIN pari ad **euro 200,00**;
- corrispondere la quota partecipativa al corso di **euro 150,00** di competenza della SNF tramite bonifico bancario (IBAN IT 15 U 03069 02889 100000006688) intestato a ASD Rari Nantes Florentia - causale "quota corso istruttore FIN" con invio della ricevuta a formazione@rarinantesflorentia.it) oppure tramite pagamento alla segreteria della



RARI NANTES FLORENTIA ASD

mail formazione@rarinantesflorentia.it

web www.rarinantesflorentia.it



piscina di Bellariva o della piscina Raspini.

Per la parte di competenza della FIN gli iscritti al corso visualizzeranno l'importo da pagare nella sezione riservata del portale alla voce "PAGAMENTI". Il portale indicherà la quota richiesta (euro 200,00) e consentirà all'utente di scegliere se effettuare detto pagamento on line ovvero mediante PAGOPA.

Alla prima lezione verranno consegnati, a tutti gli iscritti al corso, sia il testo contenente gli argomenti trattati alle lezioni che quello per prepararsi all'esame finale.

Le date e gli orari delle lezioni, insieme a tutte le altre informazioni, sono riportate nell'apposito schema riepilogativo incalce alla presente; potranno subire variazioni che saranno tempestivamente comunicate.

Lezioni

Le lezioni di teoria si trovano sulla piattaforma <https://formazione.federnuoto.it>

Si raccomanda di prendere visione dei materiali didattici disponibili sulla piattaforma informatica prima dell'inizio delle pratiche, tali materiali resteranno comunque disponibili fino al giorno dell'esame.

Le informazioni riguardanti l'attivazione del profilo e le modalità di accesso saranno comunicate con messaggio di posta elettronica sull'indirizzo registrato una volta effettuato il pagamento di 200 euro (controllare lo spam). Per eventuali difficoltà tecniche è attivo il servizio di assistenza e supporto all'indirizzo fad@federnuoto.it.

Le lezioni frontali di pratica si svolgeranno dal 19.10.2026 nei giorni feriali in orario serale, la domenica in orario pomeridiano. Il calendario definitivo sarà comunicato quanto prima. Si allega bozza. La presentazione non è compresa nel calcolo delle ore di presenza, ma si consiglia poiché saranno date importanti informazioni sul corso e le modalità di svolgimento e saranno consegnati i libri di testo e i quiz.

Modalità di svolgimento dell'esame

Alle prove d'esame sono ammessi esclusivamente i corsisti che:

- ✓ abbiano visualizzato tutto il materiale didattico online, presentando il relativo attestato rilasciato dalla piattaforma informatica;
- ✓ abbiano partecipato ad un minimo dell'80% delle ore totali previste di lezione in presenza;
- ✓ abbiano svolto interamente il tirocinio pratico con le modalità previste dal Regolamento del SIT – 50 ore (attività sul campo);

Le prove d'esame consistono in:



RARI NANTES FLORENTIA ASD

mail formazione@rarinantesflorentia.it

web www.rarinantesflorentia.it



1. una prova scritta composta da 50 domande a risposta chiusa selezionate da un database messo a disposizione dal SIT nazionale;
2. un colloquio mediante il quale evidenziare la conoscenza dei contenuti proposti e il grado di competenza acquisito.

I candidati assenti o risultati non idonei all'esame possono sostenere una seconda prova dietro richiesta scritta e versamento alla FIN dell'apposita quota prevista dal Regolamento SIT (75,00 euro), non prima di 60 giorni e non oltre un anno dalla data del primo esame, in una sessione ordinaria successiva o in altra sessione appositamente costituita. Qualora il candidato dovesse risultare nuovamente assente o non idoneo, dovrà frequentare nuovamente il corso versando la relativa quota.

Orario segreteria

Segreteria Sportiva piscina di Bellariva

- ✓ dal lunedì al venerdì 9.30 – 18.30



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

Corso Istruttore di Nuoto – Firenze ottobre 2026 / novembre 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	gio 8 ott 26	dalle 20.00 alle 21.00	AMMISSIONE AL CORSO	Prova pratica attitudinale		PRATICA		Edoardo Lippi
	ven 9 ott 26	dalle 12.00 alle 13.00	AMMISSIONE AL CORSO	Prova pratica attitudinale		PRATICA		Fabrizio Verniani
Piscina Raspini	lun 19 ott 26	19.30 - 21.00	Presentazione del corso		1,5			F. Verniani
Piscina Bellariva	gio 22 ott 26	20.15 - 22.15	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Ambientamento e acquaticità	2	PRATICA	4.8	Federica Bartoli
Piscina Raspini	sab 24 ott 26	16.30-18.30	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	La locomozione in acqua e i 4 stili canonici	2	PRATICA	4.10-4.11	Eugenia Panettieri
Piscina Raspini (sala)	lun 26 ott 26	19.30 - 21.30	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Ginnastica educativa e prenatatoria	2	PRATICA a secco	4.1	Eugenia Panettieri
Piscina Raspini	mar 27 ott 26	13.00 - 15.00	ATTIVITÀ SPECIALI	Nuoto Artistico	2	PRATICA	4.16	Federica Bartoli
Piscina Bellariva	gio 29 ott 26	20.15 - 22.15	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Galleggiamenti e spostamenti, posture e propulsione	2	PRATICA	4.9	Edoardo Lippi
Piscina Raspini	dom 8 nov 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 12 nov 26	20.15 - 22.15	ATTIVITÀ SPECIALI	Nuoto per salvamento in corsia	2	PRATICA	4.17	Massimiliano Tagliati
Piscina Raspini	dom 15 nov 26	13.00 - 15.00	SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE	Tecnica e progressione didattica rana e farfalla	2	PRATICA	4.12 - 4.14	Eugenia Panettieri
Piscina Bellariva	gio 19 nov 26	20.15 - 22.15	ATTIVITÀ SPECIALI	Pallanuoto in corsia	2	PRATICA	4.15	Massimiliano Tagliati
Piscina Raspini	dom 22 nov 26	13.00 - 15.00	ATTIVITÀ SPECIALI	Cenni di fitness in acqua	2	PRATICA	7.1 - 7.2 - 7.3 - 7.4	Massimiliano Tagliati

continua

LEZIONI DA SEGUIRE ON LINE SU PIATTAFORMA FIN - <https://formazione.fedemuoto.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.fedemuoto.it/home/formazione/sit/norme-e-documenti/2704-regolamento-settore-istruzione-tecnica-1/file.html>