

CORSO ISTRUTTORE DI BASE C/OCONI PROVINCIALE PIEDIRIPA - VIA ANNIBALLI 110

	Giorno	Data	Ora	Durata	Argomento
1	Lunedì	28/01/2019	18.00/20.00	2	LEZIONE INTRODUTTIVA : PRESENTAZIONE DEL CORSO
2	Mercoledì	30/01/2019	17.00/21.00	4	CULTURA DELL'ACQUA - Evoluzione dei comportamenti acquatici
3	Sabato	02/02/2019	09.00/11.00	2	AREA METODOLOGICA:NOZIONI BASE (1° LEZIONE)
4	Sabato	02/02/2019	11.00/13.00	2	AREA TECNICA : Regolamenti Tecnici
5	Sabato	02/02/2019	15.00/19.00	4	DALL'ADOLESCENZA ALL'ETA' ADULTA
6	Domenica	03/02/2019	9.00/11.00	2	GINNASTICA IN ACQUA - PISCINA Com. Civitanova Marche
7	Domenica	03/02/2019	11.00/13.00	2	STRUTTURAZIONE DI ABILITA' MOTORIE SPECIFICHE - SYNCRO - Com. Civitanova
8	Mercoledì	06/02/2019	17.30/19.30	2	STRUTTURAZIONE DI ABILITA' MOTORIE SPECIFICHE - Pallanuoto
9	Venerdì	08/02/2019	17.00/21.00	4	AREA METODOLOGICA : Tecnica Sportiva-I principi del carico fisico 2° Lezione
10	Domenica	10/02/2019	11.00/13.00	2	Lezione Pratica Piscina Blugallery San Severino- la pallanuoto - esercitazioni didattiche fondamentali di base - semplici schemi di gioco
11	Mercoledì	13/02/2019	18.00/21.00	3	AREA TECNICA : Tecnica e didattica delle nuotate (stile-Dorso) 1° Lezione
12	Sabato	16/02/2019	09.00/13.00	4	AREA BIOFISIOLOGICA
13	Domenica	17/02/2019	09.30/12.30	3	lezione pratica Piscina Com.Macerata- stile libero e dorso - didattica e tecnica -
14	Martedì	19/02/2019	18.00/21.00	3	AREA TECNICA Tecnica e didattica delle nuotate (Rana-Delfino) 2° lezione
15	Giovedì	21/02/2019	18.00/21.00	3	AREA TECNICA : Organizzazione delle Attività natatorie - 1° lezione
16	Sabato	23/02/2019	15.00/18.00	3	AREA TECNICA : Organizzazione delle Attività natatorie - 2° lezione
17	Domenica	24/02/2019	9.30/12.30	3	Lezione Pratica Piscina Com. Macerata - rana e farfalla - didattica e tecnica
18	Mercoledì	27/02/2019	17.00/19.00	2	AREA TECNICA : Ginnastica educativa e prenatatoria
19	Mercoledì	27/02/2019	19.00/21.00	2	ATTIVITA' IN ACQUA PER UTENZE SPECIALI : Disabili
20	Sabato	02/03/2019	15.00/17.00	2	ATTIVITA' IN ACQUA PER UTENZE SPECIALI : La 3° età
21	Sabato	02/03/2019	17.00/19.00	2	ATTIVITA' IN ACQUA PER UTENZE SPECIALI : Gestanti e Prima Infanzia
VALUTAZIONI					
	Domenica	24/03/2019	09.00		Esame Scritto-Orale C/O CONI PROVINCIALE
	Docenti				

Le lezioni potranno subire variazioni nelle date o negli orari per motivi tecnici.Gli spostamenti saranno comunicati in tempo utile.
LEZIONI PRATICHE IN PISCINA CON ATTREZZATURA PER ANDARE IN ACQUA