



# CORSO ISTRUTTORE SPECIALISTICO DI PALLANUOTO

## Programma

### Sabato 27 marzo

- 14,00 – 14,15 Accredito
- 14,15 – 14,20 Saluto istituzionale e presentazione del corso
- 14,20 – 15,00 Le capacità condizionali nella pallanuoto:  
forza, resistenza e velocità nel giovane pallanuotista
- 15,00 – 15,45 Le valenze educative del gioco
- 15,45 – 16,00 Intervallo
- 16,00 – 16,30 Gli aspetti traumatologici nell'ambito dell'attività
- 16,30 – 17,15 La scuola multilaterale di abilità acquatiche
- 17,15 – 18,00 Chiarimenti ed interventi

### Domenica 28 marzo

- 09.00 – 09.30 Introduzione ai fondamentali
- 09.30 – 10.15 Visione guidata di filmati: i fondamentali
- 10.15 – 10.25 Intervallo
- 10.25 – 11.00 Il gioco in acqua con la palla: "Haba Waba"
- 11.00 – 11.45 Il valore della Tattica nell'attività giovanile
- 11.45 – 12.15 La parola all'arbitro:  
gli aspetti fondamentali del regolamento  
i comportamenti in campo di allenatore e giocatori
- 12.15 – 12.30 Chiarimenti ed interventi
- 14.00 – 14.45 Aspetti didattici e pedagogici nella gestione del gruppo
- 14.45 – 15.30 L'organizzazione di un settore giovanile
- 15.30 – 16.00 Chiarimenti ed interventi finali
- 16,00 Chiusura dei lavori e consegna degli attestati