COMITATO REGIONALE LOMBARDO
FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

CORSO AIUTO ALLENATORE - 1 LIVELLO SNAQ

GARBAGNATE MILANESE (MI)

10-11 I 17-18 Ottobre 2026 – Sessione esame 15 Novembre 2026

Il corso Aiuto Allenatore della Federazione Italiana Nuoto (FIN) è la qualifica di primo livello del Sistema Nazionale delle Qualifiche (SNaQ), abilita l'affiancamento di un tecnico con qualifica SNaQ superiore e all'accompagnamento in gara per attività Propaganda e Master in discipline come nuoto, pallanuoto e nuoto sincronizzato. Qualifica obbligatoria per poter accedere al successivo corso nazionale di formazione per Allenatore specifico per ciascuna disciplina.

SEDE DEL CORSO

Lombardia Nuoto Piscina Comunale, Via Monte Nero, 15 – Garbagnate Milanese (MI)

REQUISITI DI AMMISSIONE

Il partecipante al corso deve possedere i seguenti requisiti di ammissione (art. 1.2.1.1. Normativa dei Corsi di Formazione del SETTORE ISTRUZIONE TECNICA 2025):

a) La maggiore età alla data di inizio del corso;

b) Il possesso della qualifica di Istruttore in regola con il tesseramento federale;

c) Il possesso del diploma di scuola secondaria di secondo grado (ex licenza media superiore);

d) Il partecipante al corso deve essere in possesso di un certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica rilasciato da medico sportivo o medico di famiglia in corso di validità;

e) Il versamento della prevista quota di partecipazione.

Il certificato medico deve essere inviato a sit@federnuoto.lombardia.it al momento dell'iscrizione e comunque entro martedì 29/09/2026.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

La quota di partecipazione al corso è di 600€.

L'iscrizione dovrà essere effettuata entro *martedì 29/09/26* tramite *portale.federnuoto.it* **codice corso 425.**

Il pagamento della quota di partecipazione va effettuato al momento dell'iscrizione.

Le iscrizioni potranno essere chiuse anticipatamente nel caso in cui si raggiunga il numero massimo di adesioni.

Si consiglia di effettuare il pagamento con carta di credito al fine di avere un immediato riscontro amministrativo dell'avvenuto pagamento della quota d'iscrizione.

RILASCIO DELLA QUALIFICA

Sono ammessi alla prova d'esame solo i corsisti che :

a) hanno visualizzato il materiale didattico online e presentano il relativo attestato rilasciato dalla piattaforma FAD;

b) **hanno partecipato al 100% del monte ore previste in presenza** : *si invitano gli interessati a prendere visione del programma con massima attenzione in quanto non sono consentite deroghe o eccezioni*

c) hanno completato il tirocinio pratico previsto dal programma del corso : *50 ore da svolgere presso una società affiliata FIN e da effettuarsi sotto la supervisione di un aiuto allenatore, allenatore o capo allenatore. Si raccomanda di privilegiare l'attività nei settori propaganda e master in discipline come nuoto, pallanuoto e nuoto artistico.*

CONTENUTI DELLA PROVA

Le prove d'esame consistono in:

a) un test scritto composto da 50 domande a risposta multipla selezionate da un database messo a disposizione dal SIT centrale;

b) un colloquio per valutare la conoscenza dei contenuti, la partecipazione e il livello di competenza acquisito;

I candidati non idonei o assenti possono ripetere l'esame entro un anno, previo pagamento della tassa stabilita dalla Normativa Generale in € 150. Nel caso risultino nuovamente non idonei o assenti devono ripetere il corso con il pagamento della relativa quota.

IL PIANO DI FORMAZIONE

Il corso prevede due tipologie di erogazione:

- Materiali didattici disponibili sulla piattaforma di Formazione a distanza (FAD) *http://formazione.federnuoto.it* in modalità asincrona, cioè consultabili in qualsiasi momento senza limiti di giorni o orari. Questi materiali sono resi disponibili per gli utenti entro cinque giorni dal perfezionamento dell'iscrizione sul portale amministrativo *portale.federnuoto.it*

  Per problematiche o chiarimenti relativi all'utilizzo della piattaforma FAD è disponibile un servizio di assistenza tecnica all'indirizzo *fad@federnuoto.it*
- Lezioni in presenza secondo il programma specifico.

E' necessario prendere visione, prima dell'inizio delle attività in aula, delle seguenti lezioni online su piattaforma FAD

- Il sistema sportivo nazionale e internazionale
- FIN: statuto, regolamento organico, carte federali
- Regolamento tecnico nuoto
- Regolamento tecnico nuoto in acque libere
- Regolamento tecnico pallanuoto
- Regolamento tecnico nuoto artistico
- Regolamento tecnico nuoto per salvamento
- Principi di somministrazione del carico
- Organizzazione della seduta di allenamento
- Capacità motorie
- Ruolo e responsabilità del tecnico
- Teoria della comunicazione
- Gestione delle condizioni di sicurezza degli atleti.
- Sport e normativa a tutela dei minori e per la prevenzione e il contrasto ad abusi e discriminazioni. (safe guarding)

PROGRAMMA DELLE LEZIONI IN PRESENZA

Sabato 10 ottobre 2026

08:00-08:15 Accredito e consegna materiali
08:15-08:30 Saluti Istituzionali
08:30-09:00 Figura e ruolo dell'Aiuto Allenatore
09:00-11:00 Nuoto: tecnica e tattica (teoria)
11:00-11:30 Intervallo
11:30-13:30 Nuoto: lezioni pratiche (in piscina)
PAUSA PRANZO
15:00-16:00 Valutazione e osservazione di base del comportamento tecnico e tattico
16:00-17:00 Avviamento all'attività agonistica, teoria dell'allenamento, somministrazione di test motori
17:00-17:30 Intervallo
17:30-19:30 Avviamento all'attività agonistica, teoria dell'allenamento, somministrazione di test motori
19:30-20:00 Chiarimenti e interventi

Domenica 11 ottobre 2026

08:30-10:30 Pallanuoto: tecnica e tattica (teoria)
10:30-11:00 Intervallo
11:00-13:00 Pallanuoto: lezioni pratiche (in piscina)
PAUSA PRANZO
14:30-16:30 Nuoto artistico: tecnica e tattica (teoria)
16:30-17:00 Intervallo
17:00-19:00 Nuoto artistico: lezioni pratiche (in piscina)

Sabato 17 ottobre 2026

08:30-10:30 Nuoto in acque libere: tecnica e tattica (teoria)
10:30-11:00 Intervallo
11:00-13:00 Nuoto in acque libere: tecnica e tattica (in piscina)
PAUSA PRANZO
14:30-16:30 Nuoto per salvamento e salvamento didattico: tecnica e tattica (teoria)
16:30-17:00 Intervallo
17:00-19:00 Nuoto per salvamento e salvamento didattico lezioni pratiche (in piscina)

Domenica 18 ottobre 2026

08:00-11:00 Lavori di gruppo
11:00-13:00 Presentazione lavori di gruppo
13:00-13:30 Conclusioni e chiusura corso

Domenica 15 novembre 2026

09:00 ------- Esami