



UNIVERSITÀ DI PISA

ADE - TECNICHE DI NUOTO PER IL SALVAMENTO

STEFANO FREDIANI

Anno accademico	2022/23
CdS	SCIENZE MOTORIE
Codice	884ZW
CFU	2

Moduli	Settore/i	Tipo	Ore	Docente/i
ADE - TECNICHE DI NUOTO PER IL SALVAMENTO	NN	ESERCITAZIONI	30	STEFANO FREDIANI

Obiettivi di apprendimento

Conoscenze

Al termine del corso lo studente avrà acquisito le conoscenze necessarie relative alle tecniche di nuoto per salvamento in base alle varie tipologie di situazioni di pericolo che si possono presentare in ambiente acquatico.

Modalità di verifica delle conoscenze

Trattandosi prevalentemente di lezioni pratiche le modalità di verifica sono in tempo reale attraverso esercitazioni specifiche

Capacità

Lo studente alla fine sarà in grado di salvare se stesso e prestare soccorso in acqua.

Modalità di verifica delle capacità

al termine di ogni lezione pratica si svolgeranno dei test simulando varie situazioni di emergenza

Comportamenti

Uno degli obiettivi del modulo è quello di far conoscere agli studenti i propri limiti in ambiente acquatico.

Modalità di verifica dei comportamenti

Durante i test di verifica, saranno valutate le capacità di gestire le emergenze in ambiente acquatico.

Prerequisiti (conoscenze iniziali)

Per poter svolgere le lezioni pratiche, è necessario che lo studente abbia una buona acquaticità e capacità di immersione.

Indicazioni metodologiche

La prima lezione è frontale in aula sulla teoria delle tecniche di nuoto a salvamento, mentre le altre sono pratiche in acqua, gli studenti saranno divisi in corsie e per livelli iniziali di capacità acquatiche.

Programma (contenuti dell'insegnamento)

Lezione teorica iniziale:

- nuotate di salvamento in avvicinamento, quali sono, quali scegliere in base alla situazione di emergenza,
- conoscenza delle prese e delle liberazioni
- tecniche di trasporto in acqua.

Lezioni pratiche:

- Conoscenza dell'ambiente acquatico.
- Conoscenza della tecnica di respirazione acquatica
- La nuotata subacquea
- Tecniche di nuotate di avvicinamento
- Tecniche di nuotate di trasporto



UNIVERSITÀ DI PISA

- L'importanza delle gambe nei trasporti
- Differenze propulsive
- Tecniche di prese e liberazioni
- Gli stili alternativi
- Il Salvamento didattico

Bibliografia e materiale didattico

Testi consigliati:

- Manuale per assistenti bagnanti edito da Federazione Italiana Nuoto
- B. Moretti – A. Guerra; "La scienza e il nuoto", (nella sezione dedicata al Salvamento) Zanichelli

Indicazioni per non frequentanti

La frequenza è obbligatoria.

Modalità d'esame

Trattandosi di un ADE, non è previsto esame, ma al termine di ogni lezione si svolgono delle verifiche pratiche.

Altri riferimenti web

- <http://www.stefanofrediani.it>
- <http://www.federnuoto.toscana.it>
- <https://www.federnuoto.it>

Note

La partecipazione all'ADE su RCP e all'ADE su TNS con l'integrazione di 8 (otto) ore teoriche su:

- Figura e ruolo dell'Assistente Bagnanti
- Funzionamento idraulico di un impianto natatorio e trattamento chimico dell'acqua
- Tutela ambientale e metereologia
- Responsabilità civile e penale dell'Assistente Bagnanti

inoltre con l'integrazione di altre 8 (otto) ore pratiche su:

- Tecniche di salvataggio
- Tecniche di liberazione da prese
- Tecniche di intervento
- Tecniche di trasporto

Al termine di questo percorso è possibile conseguire il brevetto di Assistente Bagnanti rilasciato dalla sezione Salvamento della Federazione Italiana Nuoto con abilitazione per piscina (P)

Ultimo aggiornamento 29/11/2022 12:50