UNIVERSITÀ DI PISA

ADE - TECNICHE DI NUOTO PER IL SALVAMENTO

STEFANO FREDIANI

Academic year	2018/19
Course	SCIENZE MOTORIE
Code	1027Z
Credits	1

Modules	Area	Type	Hours	Teacher(s)
ADE - TECNICHE DI NUOTO PER IL SALVAMENTO	NN	ESERCITAZIONI	8	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 obbiettivi 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 al meglio un numero di ore così esiguo, 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 tre sono pratiche in acqua, gli studenti saranno divisi in corsie e per levelli 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

- 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 perché si tratta di sole 4 (quattro) lezioni per 8 ore.

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 06/11/2018 15:23