

S.S.D.



# CORSO ISTRUTTORE S.S.D. VITA

ORGANIZZATO DALLA SSD VITA

PRESSO IL CENTRO SPORTIVO “SSD VITA”

Il corso autorizzato della FIN si svolgerà presso il nostro impianto sito in Via del Fontanile Arenato, 66, 00165 Roma.

Il programma didattico prevede lezioni teoriche e pratiche effettuati in sede e contenuti on-line.

## Calendario corso:

- Adesioni presso la nostra segreteria entro l'11 Gennaio 2026 (il corso sarà attivato al raggiungimento di min 10 unità)
- Prova pratica Mercoledì 14 Gennaio 2026 alle ore 16:00\*
- Inizio previsto delle lezioni di pratica 17 Gennaio 2026 – fine 21 Febbraio 2026
- Esame 11 Marzo 2026 – per la convalida dell'esame bisogna completare interamente il tirocinio pratico con le modalità previste dal Regolamento del SIT (attività sul campo, allegato 5);

Il corso si svolgerà nelle giornate di Sabato.

\*Il giorno 14 Gennaio alle ore 15:30 sono tutti convocati, anche coloro che sono “esonerati dalla prova di nuoto” per la presentazione del Corso.

## Requisiti di ammissione per l'utente

Per partecipare al Corso Istruttore il candidato deve:

- Aver compiuto 16 anni al momento della prova pratica attitudinale;
- Essere in possesso almeno della licenza secondaria di primo grado (diploma di Scuola media inferiore);
- Non aver riportato condanne penali ai sensi dell'art. 4.1 comma 5 del Regolamento del SIT;
- Disporre di certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica di cui all'art. 3 del Decreto del Ministero della Salute del 24 Aprile 2013 in corso di validità, **da consegnare alla Società prima dello svolgimento della prova pratica attitudinale** di cui al punto successivo;
- Superare una prova pratica attitudinale, dalla quale sono esenti gli atleti tesserati agonisti o ex atleti nelle discipline del nuoto, pallanuoto, nuoto sincronizzato, nuoto per salvamento con almeno quattro anni di tesseramento nel decennio antecedente la prova pratica.

## Modalità d'iscrizione prova attitudinale

Per partecipare alla prova attitudinale è necessario entrare nel Portale Federale (<http://portale.federnuoto.it>) ed effettuare l'iscrizione.

Tutti coloro che non hanno ancora le credenziali sono invitati a richiederle via e-mail all'indirizzo: [segreteria@vitaclub.it](mailto:segreteria@vitaclub.it) specificando **“Prova di Nuoto corso istruttore presso SSD VITA”**.

La quota di € 30,00 richiesta per la prova dovrà essere saldata, presso la nostra segreteria, **entro il giorno: 11/01/2026**.

## Procedura per l'iscrizione al corso da parte del corsista

Il singolo utente che abbia superato la prova attitudinale (compresi gli esenti) e che intende iscriversi al corso:

- È tenuto a compilare il modulo per l'iscrizione al corso (allegato 4) disponibile anche in segreteria ;
- Versare la quota partecipativa di competenza della SSD VITA di € 150,00 dai quali verranno scalati i € 30,00 saldati della quota attitudinale ;
- Provvedere ad accedere all'apposito portale federale e compilare tutti i campi richiesti, corrispondendo la quota partecipativa al corso di competenza FIN pari ad euro € 200,00.

## Prova pratica attitudinale

Nel corso della prova pratica attitudinale il candidato deve dimostrare di possedere le abilità motorie acquatiche necessarie per svolgere le funzioni di Istruttore. In particolare, deve saper eseguire:

- a) Tuffo di testa con tecnica adeguata, tale cioè da non comportare squalifica se eseguito in un contesto agonistico;
- b) Recupero di oggetto posto a un minimo di 2 metri di profondità (in caso di profondità inferiore, di due oggetti posti ad almeno 6 metri di distanza l'uno dall'altro);
- c) Percorrenza di almeno 12 metri in subacquea;
- d) Stazionamento verticale con gambe a bicicletta per almeno 20 secondi
- e) 25 metri di nuoto per ciascuno degli stili regolamentari (farfalla – dorso – rana – stile libero) con tecnica adeguata, tale cioè da non comportare squalifica se eseguita in un contesto agonistico;

Il responsabile del corso che effettua la verifica, assegna:

- Per ciascuna delle prove di cui ai precedenti punti a), b), c), d) : 1 punto se eseguite correttamente;
- Per ogni nuotata di cui al punto e) :
  - 3 punti se eseguita con stile evoluto, paragonabile a quello di un agonista;
  - 2 punti se eseguita con stile ordinario, caratterizzata da ampiezza, continuità ed efficacia del movimento;
  - 1 punto se eseguita con stile basilare, appena sufficiente per evitare la qualifica;
  - 0 punti se eseguita con stile inadeguato e non rispondente al dettato del Regolamento Tecnico del Nuoto.

Per essere ammesso al corso il candidato deve ottenere un minimo di 12 punti, di cui almeno 8 nelle prove relative ai quattro stili.

### **Modalità di svolgimento dell'esame**

Alle prove d'esame sono ammessi esclusivamente i corsisti che:

- Abbiamo visualizzato tutto il materiale didattico online, presentando il relativo attestato rilasciato dalla piattaforma informatica;
- Abbiamo partecipato ad un minimo dell'80% delle ore totali previste di lezione in presenza e/o in videoconferenza (per quest'ultime sono considerati presenti solo i corsisti che mantengono la propria videocamera in funzione per l'intera durata della lezione)
- Abbiamo svolto interamente il tirocinio pratico con le modalità previste dal Regolamento del SIT

Le prove d'esame consistono in:

- Una prova scritta composta da 50 domande a risposta chiusa selezionate da un database messo a disposizione del SIT nazionale
- Un colloquio mediante il quale evidenziare la conoscenza dei contenuti proposti e il grado di competenza acquisito.

### **Per informazioni e adesioni**

Rivolgersi alla segreteria della SSD VITA

Via del Fontanile Arenato, 66 – 00165 Roma

Mail [segreteria@vitaclub.it](mailto:segreteria@vitaclub.it) Tel 066634202-3924632650