

INFORMATIVA CORSI S.I.T.

- Comitato Regionale Lazio
- Scuola Nuoto Federale



- NORMATIVA SIT 2025-2026
- NUOVO FORMAT PER ISTRUTTORI
- DOCENTI REGIONALI SIT
- CORSO ISTRUTTORE DI GINNASTICA IN ACQUA
- CORSO AIUTO ALLENATORE
- REGOLAMENTO NAZIONALE SIT
- AREA FORMAZIONE SNF



AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA

NORMATIVA CORSI SIT

WWW.FEDERNUOTO.IT

ON LINE SU FEDERNUOTO

HOMEPAGE -> FORMAZIONE -> SIT -> NORME E
DOCUMENTI



SIT

Struttura

Offerta formativa

Corsi, eventi e convegni

Norme e documenti

Sessioni

La Tecnica del Nuoto

Coordinatori SIT

Docenti Nazionali SIT

Docenti Regionali SIT

Tecnici SIT

Sezione Salvamento

A PARTIRE DA QUESTA STAGIONE:

- **LE SCUOLE NUOTO FEDERALI POTRANNO ORGANIZZARE I CORSI PER ISTRUTTORE DI NUOTO E ISTRUTTORE DI GINNASTICA IN ACQUA;**
- **I COMITATI REGIONALI SARANNO RESPONSABILI DEI CORSI PER ISTRUTTORE E PER AIUTO ALLENATORE (1° LIVELLO SNAQ).**

REGOLAMENTO SETTORE ISTRUZIONE TECNICA



SIT ▼

Struttura

Offerta formativa

Corsi, eventi e convegni ▼

Norme e documenti

Sessioni ▼

La Tecnica del Nuoto

Coordinatori SIT

Docenti Nazionali SIT

Docenti Regionali SIT

Tecnici SIT

Sezione Salvamento ▼

HOMEPAGE -> FORMAZIONE -> SIT -> NORME E DOCUMENTI

AREA FORMAZIONE

LE SCUOLE NUOTO FEDERALI DIVENTANO
AUTONOME E RESPONSABILI DELLA
PROPRIA FORMAZIONE INTERNA

- CORSO ISTRUTTORE DI NUOTO
- CORSO ISTRUTTORE DI GINNASTICA
IN ACQUA
- CORSO ASSISTENTE BAGNANTI



AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA



NUOVO FORMAT CORSO ISTRUTTORI

DA PAGINA 4 A PAGINA 10 DELLA
NORMATIVA

[HOMEPAGE](#) -> [FORMAZIONE](#) -> [SIT](#) -> [NORME E DOCUMENTI](#)



1. ATTIVITÀ FORMATIVA

1.1. TECNICI DI BASE



1.1.1. CORSO ISTRUTTORE

Il corso Istruttore è organizzato da:

- a) dai Comitati Regionali competenti per territorio;
- b) dalle SNF in possesso dei requisiti indicati al successivo punto 1.1.1.3.2.1

1.1.1.1. REQUISITI DI AMMISSIONE

Per partecipare al corso Istruttore è necessario:

- a) aver compiuto 16 anni al momento della prova pratica attitudinale;
- b) essere in possesso della licenza secondaria di primo grado (ex licenza media inferiore);
- c) disporre di certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica in corso di validità rilasciato dal medico di base o da un medico sportivo, da consegnare prima dello svolgimento della prova pratica attitudinale di cui al punto successivo d);
- d) superare una prova pratica attitudinale, dalla quale sono esonerati gli atleti tesserati agonisti o ex atleti nelle discipline del nuoto, pallanuoto, nuoto artistico, nuoto per salvamento con almeno quattro anni di tesseramento nel decennio antecedente la prova pratica;
- e) in caso di mancato superamento della prova attitudinale di cui al precedente punto d), il candidato è tenuto a corrispondere la quota prevista dalla Normativa Generale quale titolo di partecipazione alle spese di organizzazione della prova stessa.

1.1.1.2. PROVA PRATICA ATTITUDINALE

Per superare la prova pratica attitudinale il candidato deve 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 vasca di profondità inferiore, di due oggetti posti ad almeno 6 metri di distanza l'uno dall'altro);
- c) tratto subacqueo di almeno 12,5 metri;
- 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:

- a) per ciascuna delle prove di cui ai precedenti punti a), b), c), d): 1 punto se eseguite correttamente;
- b) per ogni nuotata di cui al punto e):
 - 3 punti se eseguita con stile evoluto, paragonabile a quello di un nuotatore agonista
 - 2 punti se eseguita con stile ordinario, caratterizzata da ampiezza, continuità ed efficacia del movimento;

NOVITÀ



AUTONOMIA SNF ✓

16 ANNI ✓

EQUIPARAZIONE CON GLI ASSISTENTI BAGNANTI

✓ TEORIA IN FAD

✓ 20 ORE DI PRATICA

✓ DOCENTI REGIONALI

✓ CREDITI FORMATIVI STUDENTI

DOCENTI REGIONALI FIN

ESISTE SUL PORTALE FIN UN ALBO NAZIONALE DEI DOCENTI REGIONALI

SONO DISPONIBILI NEL LAZIO **33**
DOCENTI REGIONALI FIN ABILITATI

PER INFO RIVOLGERSI AL SIT
REGIONALE

SIT.CRLAZIO@FEDERNUOTO.IT



AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA



ALBO DOCENTI REGIONALI SIT

ON LINE SU FEDERNUOTO
HOMEPAGE -> FORMAZIONE ->
SIT

SIT

Struttura

Offerta formativa

Corsi, eventi e convegni

Norme e documenti

Sessioni

La Tecnica del Nuoto

Coordinatori SIT

Docenti Nazionali SIT

Docenti Regionali SIT

Tecnici SIT

Sezione Salvamento

6.3. ALBO DEI DOCENTI REGIONALI

È istituito presso il S.I.T. Centrale l'Albo dei Docenti Regionali, pubblicato sul sito web ufficiale della FIN, la cui pubblicazione è a cura degli Uffici del S.I.T. nazionale.

L'Albo è composto dai Docenti che hanno completato il relativo corso di formazione e in regola con gli eventuali aggiornamenti periodici previsti dal S.I.T.

L'inserimento dei Docenti nell'Albo ha validità per il quadriennio olimpico di riferimento rispetto alla data di partecipazione del Corso di formazione, salvo revoca proposta dal Coordinatore Regionale S.I.T. alla Commissione Tecnica.

L'Albo è composto esclusivamente dai Docenti abilitati all'insegnamento delle materie tecnico-metodologiche di specialità, che abbiano completato con esito positivo il corso di formazione specifico, siano in possesso dei requisiti previsti dal Regolamento e risultino in regola con gli obblighi di formazione permanente.

L'inserimento nell'Albo ha validità per il quadriennio olimpico di riferimento, decorrente dalla data di completamento del corso di formazione, salvo revoca motivata proposta dal Coordinatore Regionale S.I.T. alla Commissione Tecnica competente.

1.1.1.3.3. SCUOLE NUOTO FEDERALI

1.1.1.3.3.1. REQUISITI

La Società che intende attivare il corso per Istruttore deve essere in regola con l'affiliazione e aver ottenuto il riconoscimento di SNF per la stagione sportiva in corso, quest'ultima per ciascuna delle piscine interessate dall'organizzazione dei corsi.

La SNF deve avere la disponibilità di un tecnico in possesso della qualifica minima di Allenatore (2° livello SNaQ) in regola con il tesseramento federale da nominare Responsabile del corso.

La SNF può svolgere attività di formazione di tecnici esclusivamente per la FIN; nel caso di violazione di tale prescrizione la FIN si riserva di adottare i provvedimenti amministrativi ritenuti opportuni, fino alla sospensione o revoca della Licenza di Scuola Nuoto Federale, fermi restando gli eventuali ulteriori provvedimenti di competenza degli organi disciplinari della FIN.

1.1.1.3.3.2. ATTIVAZIONE DEL CORSO

La SNF attiva l'organizzazione del corso, indicando date, orari, docenti e programma delle lezioni il portale FIN.

La SNF deve osservare i seguenti obblighi, con eventuali oneri a proprio carico:

- attenersi diligentemente al programma didattico Allegato 1. Programmi dei corsi;
- nominare un Allenatore (2° livello SNaQ – qualsiasi disciplina esclusi i Tuffi), inserito nei ruoli sociali, Responsabile del Corso;
- raccogliere le domande d'iscrizione al corso verificando il possesso di tutti i previsti requisiti d'ammissione da parte dei candidati;
- inserire il corso nel portale federale;
- inserire i dati dei corsisti all'interno del portale;
- indire la prova pratica attitudinale, gratuita, da svolgere secondo quanto previsto al punto 1.1.1.2 della presente Normativa;
- attivare il corso per i soli iscritti che abbiano superato la prova attitudinale di cui alla precedente lettera f) e che abbiano corrisposto la relativa quota prevista dalla normativa FIN.



REQUISITI



AFFILIAZIONE DELLA SNF

NOMINARE RESPONSABILE DEL CORSO: MINIMO ALLENATORE 2° LIV. SNAQ - ANCHE ESTERNO

CORSI IN ESCLUSIVITÀ PER FIN

ATTIVAZIONE SNF - DA PORTALE

SEGRETERIA SNF



**AREA FORMAZIONE
SETTORE ISTRUZIONE
TECNICA**

RUOLO DEL COMITATO

1.1.4.3.4. RUOLO DEI COMITATI REGIONALI

Il Comitato Regionale competente per territorio, nella persona del Coordinatore Regionale, supporta la SNF nell'organizzazione del corso provvedendo a:

- a) controllare la sussistenza dei requisiti organizzativi previsti dalla presente Normativa, informando per conoscenza il SIT Centrale; in assenza di rilievi entro 7 giorni dalla trasmissione della domanda, il corso si intende autorizzato;
- b) controllare l'effettiva corresponsione delle quote di partecipazione al Corso di competenza della FIN, sollecitando la SNF interessata per la soluzione di eventuali carenze.

MODULO RICHIESTA ORGANIZZAZIONE CORSO SNF

DA INVIARE AL COMITATO REGIONALE

DA PAGINA 4 A PAGINA 10 DELLA
NORMATIVA

HOMEPAGE -> FORMAZIONE -> SIT -> NORME E DOCUMENTI

ALLEGATO 3. MODULO RICHIESTA SNF ORGANIZZAZIONE CORSO ISTRUTTORE DI NUOTO E ISTRUTTORE GINNASTICA IN ACQUA

LA SOCIETA' SPORTIVA
Sede Sociale: Via C.A.P. Telefono
Città P.E.C.
MAIL
Codice Fiscale e/o Partita IVA
Codice Affiliazione Federale

CHIEDE
☐ Istruttore di nuoto
☐ Istruttore Ginnastica in acqua

La richiedente dichiara di aver preso visione di quanto disposto dal Regolamento del Settore Istruzione tecnica e dalla Normativa annuale dei Corsi di Formazione SIT approvate dalla Federazione Italiana Nuoto e di aver pertanto preso atto delle disposizioni ivi previste per lo svolgimento del Corso, nonché di avere locali idonei e conformi alle vigenti norme di legge per lo svolgimento del medesimo corso.

☐ Comunica di seguito che i docenti del corso sono:

1) COGNOME NOME C.F.
Telefono indirizzo mail
codice tessera FIN qualifica SIT C.F.

2) COGNOME NOME C.F.
Telefono indirizzo mail
codice tessera FIN qualifica SIT C.F.

3) COGNOME NOME C.F.
Telefono indirizzo mail
codice tessera FIN qualifica SIT C.F.

☐ Chiede al Comitato regionale di indicare i docenti del corso

Si allega alla presente richiesta l'elenco dei partecipanti al corso che hanno superato la prova d'ammissione e il calendario delle lezioni del corso da istruttore.

Luogo Data Firma del Presidente / Legale Rappresentante

45

MODULISTICA CORSO ISTRUTTORI

(ESCLUSIVAMENTE PER LE NUOVE ANAGRAFICHE)

A CURA DELLA SNF GENERARE ED INVIARE LE
CREDEZIALI DI ACCESSO AL PORTALE PER I NUOVI UTENTI

DA PAGINA 44 A PAGINA 50 DELLA
NORMATIVA

Homepage -> FORMAZIONE -> SIT -> NORME E DOCUMENTI

ALLEGATO 4. MODULO ISCRIZIONE CORSI DI FORMAZIONE

SETTORE ISTRUZIONE TECNICA
Modulo iscrizione corso di formazione

MOD_SIT_03
Rev. 4
Pag. 1 di 1

Corso/Convegno:..... Sede:..... Data:.....

Cognome:	Nome:
Data di nascita:	Comune di nascita:
Indirizzo (via/civico/edif./scala):	Codice Fiscale:
Città: CAP:	E-mail:
Cell: / Tel:	Professione:
Titolo di Studio:	Società:
Squadra allenata:	compilare in stampatello tutti i campi sopra riportati

Il sottoscritto consapevole che chiunque rilascia dichiarazioni mendaci è punibile ai sensi del codice penale e delle leggi speciali in materia nonché soggetto ai provvedimenti di competenza degli Organi di Giustizia

DICHIARA

- di non aver riportato condanne penali, ancorché non definitive, ovvero la pendenza di processi penali per reati contro la libertà personale e/o in materia di doping;
- di essere consapevole che per accedere alla prova di valutazione finale, ove prevista, è obbligatoria la frequenza al corso.
- di aver preso visione del Regolamento SIT disponibile sul sito FIN (<https://www.federnuoto.it/home/formazione/sit/norme-e-documenti.html>) e di accettare tutte le norme ivi contenute.

Per la validità di detta dichiarazione allego fotocopia del documento di identità in corso di validità n° _____ rilasciato da _____ in data _____.

Il sottoscritto inoltre, presa visione dell'informativa per il trattamento dei dati ex art. 13 del Regolamento UE 679/2016, la cui versione integrale è reperibile sul sito FIN (<https://www.federnuoto.it/federazione/privacy.html>) che dichiara di conoscere integralmente

ATTESTA

di aver liberamente fornito i propri **dati personali** e pertanto, relativamente ai trattamenti che si rendano necessari nell'ambito delle finalità esplicitate nell'informativa:

☐ **ESPRIME IL PROPRIO CONSENSO**

L'eventuale rifiuto del consenso ai trattamenti precedentemente menzionati (in quanto necessari per le attività istituzionali della F.I.N.) comporterà l'impossibilità di iscriversi e fruire dei corsi di formazione.

Data	Firma dell'interessato	in caso di minori, in qualità di: ☐ esercente la potestà genitoriale ☐ tutore ☐ curatore
------	------------------------	--

46

IL CORSO ISTRUTTORI NON E UNA QUALIFICA SNAQ TECNICO DI BASE

Area Tecnico Didattica. La qualifica attesta le competenze necessarie per occuparsi dell'insegnamento di base delle discipline acquatiche all'interno di una Scuola Nuoto.

ALLEGATO 1. PROGRAMMI DEI CORSI

Argomento	Ore teoria	Ore pratica
INTRODUZIONE		
Contenuti e obiettivi del corso	1,5	
Aspetti amministrativi	1,5	
CULTURA DELL'ACQUA		
La piscina inclusiva	1	
L'uomo e l'acqua	1	
Figura e ruolo dell'istruttore	1	
Cenni di teoria del movimento	1	
Schemi motori terrestri e acquatici	1	
Costruzione di abilità motorie negli sport acquatici	1	
Dalla competenza motoria al talento sportivo	1	
BIOFISIOLOGIA		
Il corpo umano	6	
Elementi di primo soccorso	2	
PSICOPEDAGOGIA		
Il processo di comunicazione	1	
Gestione del singolo e del gruppo	1	
Sviluppo cognitivo emotivo e affettivo	1	
Intelligenza emotiva e competenza sociale	1	
Costruzione dell'autostima	1	
Insegnamento e apprendimento	1	
Strategie didattiche e clima psicologico	1	
Tipologie di allievo	1	
La tutela dei minori nello sport	2	
LA SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE		
Aspetti organizzativi	1	
La scuola nuoto federale	1	
Organizzazione della scuola nuoto	1	
Sicurezza in piscina	1	
Responsabilità dell'istruttore	1	
Ginnastica educativa e prenataloria	1	2
Ambientamento e acquaticità	1	2
Galleggiamenti e spostamenti, posture e propulsione	1	2
La locomozione in acqua e i quattro stili canonici	1	2
TECNICA E DIDATTICA DELLE NUOTATE		
Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari	1	4
Cenni di fitness in acqua	2	2
Pallanuoto in corsia	2	2
Nuoto artistico in corsia	2	2
Nuoto per salvamento in corsia	2	2
Responsabilità dell'istruttore	1	
L'avviamento all'attività sportiva		
ATTIVITÀ SPECIALI		
Cenni di attività per gestanti	1	
Cenni di attività neonatale	1	
Cenni di attività prescolare	1	
Cenni di attività per adulti e terza/quarta età	1	
Totale	51	20

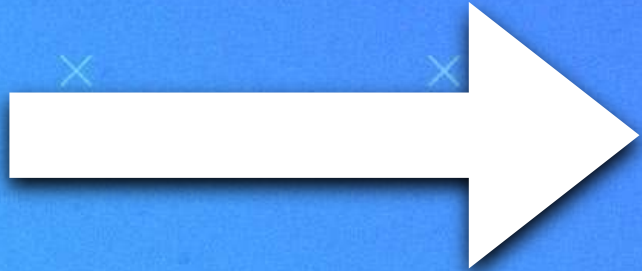
TIROCINIO: 50 ORE DA SVOLGERE PRESSO UNA SCUOLA NUOTO FEDERALE

PROGRAMMA



TEORIA SU FAD - 51 ORE

- INTRODUZIONE • 3 ORE
- CULTURA DELL'ACQUA • 7 ORE
- BIOFISIOLOGIA • 8 ORE
- PSICOPEDAGOGIA • 10 ORE
- LA SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE • 9 ORE
- TECNICA E DIDATTICA NUOTATE • 10 ORE
- ATTIVITÀ SPECIALI • 10 ORE



PRATICA • 20 ORE

(DI COMPETENZA DEL DOCENTE REGIONALE SNAQ)



AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA



Ginnastica educativa e prenatatoria	2
Ambientamento e acquaticità	2
Galleggiamenti e spostamenti, posture e propulsione	2
La locomozione in acqua e i quattro stili canonici	2
Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari	4
Cenni di fitness in acqua	2
Pallanuoto in corsia	2
Nuoto artistico in corsia	2
Nuoto per salvamento in corsia	2

INTEGRAZIONI AL PROGRAMMA

**ON LINE O IN PRESENZA
TUTORAGGIO, LEZIONI, LABORATORI ...**

**È FACOLTÀ DELLA SNF E DEI COMITATI
INTEGRARE ULTERIORI INCONTRI OLTRE
QUELLI PREVISTI (ONLINE O PRESENZA)
CHE PERÒ NON POTRANNO ESSERE
OBBLIGATORI, FARE MONTE ORE O
ESSERE MATERIA D'ESAME**

1.1.1.4. RILASCIO DELLA QUALIFICA

Per ottenere la qualifica i corsisti devono sostenere un esame, che deve svolgersi tra 15 e 45 giorni dalla conclusione del corso.

Alle prove d'esame sono ammessi solo i corsisti che hanno:

- a) visualizzato tutto il materiale didattico online e presentano il relativo attestato rilasciato dalla piattaforma informatica;
- b) partecipato ad un minimo dell'80% delle ore di lezione in presenza;
- c) svolto interamente il tirocinio pratico previsto (attività sul campo) e presentano il relativo attestato rilasciato dalla/dalle società presso cui il tirocinio è stato effettuato.

1.1.1.4.1. CONTENUTO DELLA PROVA

La prova d'esame consiste in:

- a) un test scritto composto da 50 domande a risposta chiusa selezionate da un database messo a disposizione dal SIT Centrale;
- b) un colloquio mediante il quale evidenziare la conoscenza dei contenuti proposti e il grado di competenza acquisito.

L'esito della prova scritta costituisce un elemento orientativo della valutazione e non può quindi precludere la partecipazione del candidato all'esame orale.

Le prove d'esame sono pubbliche.

Gli esaminatori possono limitare la presenza del pubblico qualora esso sia d'impedimento al regolare svolgimento delle prove.

In condizioni particolari e previa autorizzazione del SIT Centrale le prove d'esame potranno essere svolte online, secondo le modalità comunicate dal SIT Centrale.

Gli esami devono essere debitamente verbalizzati nel documento Allegato 7. Modulo verbale esame di uscita corso Istruttore SNF, sui quali vanno specificati i contenuti richiesti, la valutazione dei singoli argomenti e l'indicazione dell'esito finale con l'inserimento di una delle seguenti diciture: idoneo - non idoneo.

In caso di non idoneità in calce al verbale devono essere evidenziate per iscritto e in maniera dettagliata le motivazioni della stessa a firma di tutti i componenti della commissione d'esame.

L'esito dell'esame deve essere comunicato ai candidati al termine della prova.

I candidati assenti o risultati non idonei all'esame possono sostenere una seconda prova, previa corresponsione dell'apposita quota, inviando richiesta scritta al Comitato competente entro un anno dalla data del primo esame. La predetta prova aggiuntiva potrà essere svolta in occasione di una sessione ordinaria prevista per un altro corso ovvero in altra sessione appositamente prevista

TIROCINIO

✓ 50 ORE DA SVOLGERE PRESSO UNA SNF - MODULO DISPONIBILE SULLA NORMATIVA

ESAMI

✓ COORD. REGIONALE O DELEGATO + RESPONSABILE DEL CORSO.

✓ PROVA SCRITTA E COLLOQUIO MODULO SULLA NORMATIVA ALL. 7

✓ DA SVOLGERSI TRA 15 E 45 GIORNI DALLA FINE DEL CORSO

✓ OPZIONE DEGLI ESAMI ON LINE CHIEDERE A SIT CENTRALE

COSTO: 350 €



= 200 € tramite portale FIN – 150€ SNF

Nella quota è inclusa la prova di ammissione ed il tesseramento per la stagione sportiva in corso.

CORSO ISTRUTTORE DI GINNASTICA IN ACQUA



1.1.4. CORSO ISTRUTTORE DI GINNASTICA IN ACQUA

Il corso di Istruttore di Ginnastica in Acqua è organizzato dalle SNF in possesso dei requisiti elencati al successivo punto 1.1.4.3.1.

1.1.4.1. REQUISITI DI AMMISSIONE

Per partecipare al corso Istruttore di Ginnastica in Acqua è necessario:

- a) aver compiuto 16 anni al momento della prova pratica attitudinale;
- b) essere in possesso della licenza secondaria di primo grado (ex licenza media inferiore);
- c) disporre di certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica in corso di validità rilasciato dal medico di base o da un medico sportivo, da consegnare prima dello svolgimento della prova pratica attitudinale di cui al successivo punto d);
- d) superare una prova pratica attitudinale, dalla quale sono esentati i soli tecnici in possesso della qualifica di Istruttore o superiore.

In caso di mancato superamento della prova attitudinale di cui alla precedente lettera d), il candidato è tenuto a corrispondere la quota prevista dalla Normativa Generale quale titolo di partecipazione alle spese di organizzazione della prova stessa.

1.1.4.2. PROVA PRATICA ATTITUDINALE

Per superare la prova pratica attitudinale il candidato deve eseguire le prove richieste per il conseguimento del 4° livello tecnico (Sa Nuotare Uno) come descritto nel manuale delle Scuole Nuoto Federali consultabile sul sito web federale.

✓ AUTONOMIA SNF

✓ 16 ANNI

✓ PROVA DI AMMISSIONE
PROVE DEL SA NUOTARE 1

✓ ESCLUSIVITÀ FIN

✓ DOCENTE
ISTRUTTORE SPECIALISTICO DI FITNESS IN
ACQUA

✓ SENZA ESAME

PER L'ATTIVAZIONE DEL CORSO VIGE LA MEDESIMA PROCEDURA DEL CORSO ISTRUTTORE

CORSO ISTRUTTORE DI GINNASTICA IN ACQUA

PROGRAMMA CORSO ISTRUTTORE DI GINNASTICA IN ACQUA

Argomento	Ore teoria	Ore pratica
Le linee guida dell'esercizio fisico e le componenti del fitness	0,75	
Le differenti tipologie di lezione. Classificazioni generiche	0,75	
Utilizzo delle resistenze e degli attriti offerti dall'acqua. Conseguenze sul movimento	0,75	
Gli esercizi base del fitness in acqua. Equilibrio e postura	0,75	
Piccoli e grandi attrezzi acquatici (cenni)	0,75	
Figura e ruolo dell'istruttore di fitness in acqua	0,75	
Le differenti tipologie di lezione		2
La corretta dimostrazione del gesto acquatico		4
Cenni sul lavoro a tempo musicale		1
Prove pratiche in palestra e sul bordo vasca		4
Applicazioni pratiche		3
Totale	4,5	14

TIROCINIO: 10 ORE PRESSO UNA SCUOLA NUOTO FEDERALE

COSTO: 225 €

125€ tramite portale FIN – 100€ SNF

MODULISTICA

SULLA NORMATIVA

HOMEPAGE -> FORMAZIONE -> SIT -> NORME E DOCUMENTI

ALLEGATO 4. MODULO ISCRIZIONE CORSI DI FORMAZIONE

SETTORE ISTRUZIONE TECNICA
Modulo iscrizione corso di formazione

MOD. SIT_03
Rev. 4
Pag. 1 di 1

Corso/Convegno:..... Sede:..... Data:.....

Cognome:	Nome:	
Data di nascita:	Comune di nascita:	
Indirizzo (via/civico/edif./scala):	Codice Fiscale:	
Città: CAP:	E-mail:	
Cell: / Tel:	Professione:	
Titolo di Studio:	Società:	
Squadra allenata:	completare in stampatello tutti i campi sopra riportati	

Il sottoscritto consapevole che chiunque rilascia dichiarazioni mendaci è punibile ai sensi del codice penale e delle leggi speciali in materia nonché soggetto ai provvedimenti di competenza degli Organi di Giustizia

DICHIARA

- di non aver riportato condanne penali, ancorché non definitive, ovvero la pendenza di processi penali per reati contro la libertà personale e/o in materia di doping;
- di essere consapevole che per accedere alla prova di valutazione finale, ove prevista, è obbligatoria la frequenza al corso;
- di aver preso visione del Regolamento SIT disponibile sul sito FIN (<https://www.fedemuoto.it/home/formazione/sit/norme-e-documenti.html>) e di accettare tutte le norme ivi contenute.

Per la validità di detta dichiarazione allego fotocopia del documento di identità in corso di validità n° _____ rilasciato da _____ in data _____.

Il sottoscritto inoltre, presa visione dell'informativa per il trattamento dei dati ex art. 13 del Regolamento UE 679/2016, la cui versione integrale è reperibile sul sito FIN (<https://www.fedemuoto.it/federazione/privacy.html>) che dichiara di conoscere integralmente

ATTESTA

di aver liberamente fornito i propri dati personali e pertanto, relativamente ai trattamenti che si rendono necessari nell'ambito delle finalità esplicitate nell'informativa:

☐ **ESPRIME IL PROPRIO CONSENSO**

L'eventuale rifiuto del consenso ai trattamenti precedentemente menzionati (in quanto necessari per le attività istituzionali della F.I.N.) comporterà l'impossibilità di iscriversi a tutte le attività di formazione.

Data	Firma dell'interessato	In caso di minori, in qualità di: ☐ esercente la potestà genitoriale ☐ tutore ☐ curatore
------	------------------------	--

46



**AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA**



CORSO DI FORMAZIONE REGIONALE

CORSO AIUTO ALLENATORE

QUALIFICA TECNICO SPORTIVO • 1° LIVELLO SNAQ

**MULTIDISCIPLINARE, PROPEDEUTICO AI CORSI DI ALLENATORE DI:
NUOTO | PALLANUOTO | ARTISTICO | ACQUE LIBERE | SALVAMENTO**

CORSO AIUTO ALLENATORE

1.2. TECNICI SPORTIVI

1.2.1. CORSO AIUTO ALLENATORE – 1° LIVELLO SNAQ

Il corso di Aiuto Allenatore è organizzato dai Comitati Regionali.

1.2.1.1. REQUISITI DI AMMISSIONE

Per partecipare al corso di Aiuto Allenatore è necessario:

- a) la maggiore età;
- 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 Certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica rilasciato dal medico di base o da un medico sportivo, da consegnare al momento del primo accredito in presenza;
- e) il versamento della prevista quota di partecipazione.

CORSO AIUTO ALLENATORE

1.2.1.3. RILASCIO DELLA QUALIFICA

Le prove d'esame si svolgono tra 30 e 60 giorni dalla conclusione del corso. Sono ammessi solo i corsisti che:

- a) hanno visualizzato il materiale didattico online e presentano il relativo attestato rilasciato dalla piattaforma informatica;
- b) hanno partecipato al 100% delle ore previste in presenza;
- c) hanno completato il tirocinio pratico previsto dal programma del corso.

1.2.1.3.1. CONTENUTO 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.

Le prove sono pubbliche, con la possibilità di limitare la presenza del pubblico.

In situazioni particolari possono essere svolte online secondo un disciplinare predisposto dallo stesso SIT Centrale.

PROGRAMMA CORSO AIUTO ALLENATORE (NUOTO, PALLANUOTO, NUOTO ARTISTICO, NUOTO PER SALVAMENTO) - 1° LIVELLO SNAQ		
Argomento	Ore teoria	Ore pratica
GENERALI		
Il sistema sportivo nazionale e internazionale	1	
FIN: statuto, regolamento organico, carte federali	1	
Regolamento tecnico nuoto	2	
Regolamento tecnico nuoto di fondo	2	
Regolamento tecnico pallanuoto	2	
Regolamento tecnico nuoto artistico	2	
Regolamento tecnico nuoto per salvamento	2	
ALLENAMENTO E COMPETIZIONE		
Principi di somministrazione del carico	4	
Organizzazione della seduta di allenamento	4	
Capacità motorie	2	
Avviamento all'attività agonistica	1	
Teoria dell'allenamento	1	
I codici di comunicazione	1	
Somministrazione di test motori	1	
Nuoto: tecnica e tattica	2	2
Nuoto di fondo: tecnica e tattica	2	2
Pallanuoto: tecnica e tattica	2	3
Nuoto artistico: tecnica e tattica	2	3
Nuoto per salvamento: tecnica e tattica	2	2
Laboratorio didattico	4	
INSEGNAMENTO E GESTIONE		
Ruolo e responsabilità del tecnico	1	
Teoria della comunicazione	1	
Valutazione e osservazione di base del comportamento tecnico e tattico	2	
Gestione delle condizioni di sicurezza degli atleti	1	
Safeguarding e tutela degli atleti	2	
Totale	47	12

TIROCINIO: 50 ORE DA SVOLGERE PRESSO UNA SOCIETÀ AFFILIATA FIN

CORSO AIUTO ALLENATORE

I LIVELLO SNAQ

PROGRAMMA

LEZIONI IN FAD - 20 ORE
DA SVOLGERE PRIMA DEL CORSO

- LEZIONI FRONTALI - 27 ORE TEORIA
- PRATICA - 12 ORE

TIROCINIO 50 ORE
C/O SOCIETÀ AFFILIATA FIN

ORGANIZZAZIONE
4 GIORNATE IN PRESENZA



AREA FORMAZIONE
SETTORE
ISTRUZIONE
TECNICA



SNaQ
*Sistema Nazionale di
Qualifiche dei Tecnici Sportivi*

CORSO AIUTO ALLENATORE

1° LIVELLO SNAQ

8-11 GENNAIO 2026

FORUM SPORT CENTER - ROMA

COSTO: 6000 €

tramite portale FIN

PER TUTTE LE INFO SI PREGA CONTATTARE:

Comitato Regionale Lazio FIN – Ufficio SIT Regionale

LUN-MER-VEN 9:00-13:00 \14:00-17:30

sit.crlazio@federnuoto.it 06/32.22.955

PER PROBLEMATICHE INERENTI ALLA PIATTAFORMA FAD SCRIVERE A **fad@federnuoto.it**

Sito internet istituzionale FIN **www.federnuoto.it**

Sito internet istituzionale CRLAZIO **www.finlazio.it**