

# PROGRAMMA CORSO ISTRUTTORE MESTRE 2026

Argomento	ORE TEORIA <b>(online – PORTALE FAD)</b>	ORE PRATICA <b>(in presenza)</b>	LUOGO - DATA	SUPPORTO DOCENTE LUOGO – DATA <b>(in presenza)</b>	COMPLETARE VISIONE ENTRO
LEZIONE INFORMATIVA	<b>21/01/26 ore 20:00</b>		Sport&Salute Via Del Gazzato 4 MESTRE	<b>G. BERT</b>	
PROVA DI AMMISSIONE	<b>24/01/26 ore 14:00</b>		Piscina di Mira G.P. NUOTO MIRA	<b>G. BERT M. VANZAN</b>	
<b>INTRODUZIONE</b>					
Contenuti e obiettivi del corso	1,5				
Aspetti amministrativi	1,5				
<b>CULTURA DELL'ACQUA</b>					
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				
<b>BIOFISIOLOGIA</b>					
Il corpo umano	6				
Elementi di primo soccorso	2				
<b>LA SCUOLA DI ABILITÀ ACQUATICHE</b>					
Ambientamento e acquaticità	1	2 DOC	<b>L. BAREATO MIRA 08/02/26 ore 12:00</b>		
Galleggiamenti e spostamenti, posture e propulsione	1	2 DOC	<b>L. BAREATO MIRA 08/02/26 ore 14:00</b>		
La locomozione in acqua e i quattro stili canonici	1	2 DOC	<b>M. VANZAN MIRA 01/03/26 ore 12:00</b>		22-28 giorni
Tecnica e didattica delle quattro nuotate regolamentari	1	2 DOC	<b>M. VANZAN MIRA 01/03/26 ore 14:00</b>	<b>MESTRE A. BROSSA 17/03/26 ore 20:00 (2)</b>	
		2 DOC	<b>M. VANZAN MIRA 08/03/26 ore 12:00</b>		
Ginnastica educativa e prenatoriale	1	2 DOC	<b>L. BAREATO MESTRE 24/03/26 ore 20:00</b>		
Cenni di fitness in acqua	2	2 DOC	<b>S. SPIZOTTIN MESTRE 22/03/26 ore 09:00</b>		29-35 giorni
Nuoto artistico in corsia	2	2 DOC	<b>S. SPIZOTTIN MESTRE 22/03/26 ore 11:00</b>		

Pallanuoto in corsia	2	2 DOC	<b>M. TOLOMEI</b> <b>MIRA 15/03/26</b> <b>ore 12:00</b>		
Nuoto per salvamento in corsia	2	2 DOC	<b>M. TOLOMEI</b> <b>MIRA 15/03/26</b> <b>ore 14:00</b>		
Aspetti organizzativi	1			<b>MESTRE</b> <b>G. BERT</b> <b>25/03/26</b> <b>ore 20:00</b> <b>(1)</b>	35 – 42 giorni
La scuola nuoto federale	1				
Organizzazione della scuola nuoto	1				
Sicurezza in piscina	1				
Responsabilità dell'istruttore	1				
L'avviamento all'attività sportiva	1				
<b>PSICOPEDAGOGIA</b>					
Il processo di comunicazione	1			<b>MESTRE</b> <b>A. BOTTAZZO</b> <b>02/04/26</b> <b>ore 20:00</b> <b>(2)</b>	43 – 60 giorni
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			<b>MESTRE</b> <b>G. BERT</b> <b>09/04/26</b> <b>ore 20:00</b> <b>(1)</b>	60 – 67 giorni
La tutela dei minori nello sport	2				
<b>ATTIVITÀ SPECIALI</b>					
Cenni di attività per gestanti	1				
Cenni di attività neonatale	1				
<b>Totale</b>	51	20		10	
<b>ESAME: TEST SCRITTO</b>	<b>28/04/26</b> <b>ore 20:00</b>		<b>Sport&amp;Salute Via Del Gazzato 4</b> <b>MESTRE</b>	<b>BERT- BROSSA</b>	

<b>ESAME: COLLOQUIO</b>	<b>02/05/26</b> <b>ore 14:00</b>		<b>Sport&amp;Salute Via Del Gazzato 4</b> <b>MESTRE</b>	<b>BERT-BROSSA- BAREATO BOTTAZZO- TOLOMEI VANZAN</b>	
-------------------------	-------------------------------------	--	------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------	--

## TIROCINIO: 50 ORE DA SVOLGERE PRESSO UNA SCUOLA NUOTO FEDERALE

- Lezioni teoria e tutor sede di Sport&Salute Via Del Gazzato 4 Mestre.
- Lezioni pratiche in acqua SSD G.P. Nuoto Mira Via G. di Vittorio 15 Mira.
- Lezioni Fitness in acqua SSD Polisportiva Terraglio Via A. Pennello Mestre.