

Nuoto – Formazione Swiss Swimming Kids: Basi metodologiche

La formazione Swiss Swimming Kids si basa essenzialmente sui seguenti fondamenti metodologici: apprendimento e messa in pratica divertendosi durante la lezione, apprendimento ed esercizio ripetendo più volte e in modo vario, apprendimento mediante l'esercizio pratico.



Disegno: Diego Balli

Apprendimento e messa in pratica divertendosi durante la lezione: Un bambino che si diverte durante la lezione è destinato ad apprendere e a dare risultati in modo più efficace e duraturo. In questo modo è più facile ottenere un maggiore successo. Per l'istruttore di nuoto ciò significa che prestazione e risultati devono essere raggiunti mediante una configurazione varia, ludica e avvincente della lezione.

Apprendimento ed esercizio ripetendo più volte e in modo vario: Perché possa essere assimilata bene, una tecnica va esercitata ripetutamente e nelle forme più svariate. Per i bambini è molto importante riconoscere i compiti e gli esercizi, poiché risultati piccoli ma continui sono per loro fonte di motivazione. Allo stesso tempo, però, la lezione deve risultare varia e avvincente grazie all'uso di forme di esercizio sempre diverse.

Apprendimento mediante l'esercizio pratico: Un bambino dovrebbe imparare a nuotare esercitandosi nella pratica e muovendosi per il maggior tempo possibile durante il corso. I tempi di attesa a bordo piscina dovrebbero essere evitati con una lezione organizzata in modo efficace e orientata a un'intensa attività motoria. Tuttavia, andrà sempre riservato dello spazio alla dimostrazione di movimenti o esercizi nuovi.

Organizzazione della lezione

- [Pianificazione del corso](#)
- [I principi di insegnamento](#)
- [Organizzazione dei corsi](#)

Fonte: Swiss Swimming (2014): Teachers Guide – Il vostro manuale per la formazione Swiss Swimming Kids. Berna



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO