

È indispensabile utilizzare gli occhialini?

Assolutamente no. La quantità massima di cloro attivo libero presente nell'acqua della Piscina è perfettamente tollerabile da occhi, pelle e mucose. Gli occhialini diventano utili in fase di perfezionamento, quando gli allievi iniziano a percorrere lunghi tratti a nuoto e devono poter controllare con attenzione l'ambiente circostante. Sono invece completamente inutili i tappanasi, perché con l'acquisizione di una corretta tecnica respiratoria le cavità nasali rimangono perfettamente asciutte.



Certificato medico: è obbligatorio? Che tipo di certificato serve? A chi posso rivolgermi?

Sì. A seguito anche del DM 8/8/2014, poiché SPORTIVAMENTE BELLUNO è una società sportiva dilettantistica affiliata alla Federazione Italiana Nuoto, per tutte le attività organizzate (ad eccezione dei corsi per i bambini con meno di 7 anni) è necessario esibire un certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica compilato secondo il facsimile allegato C al DM 24/4/2013. Il certificato medico ha validità di 12 mesi dalla data di rilascio. Certificati difformi a quanto sopra non possono essere accettati.

Il certificato di idoneità all'attività sportiva non agonistica può essere prodotto dal medico di medicina generale o dal pediatra di libera scelta o da un medico specializzato in medicina dello sport.

In assenza di certificato medico in corso di validità non è possibile praticare alcuna attività organizzata.

Qual è la temperatura dell'acqua?

La vasca piccola è mantenuta alla temperatura di 31-32°C, la vasca grande a 29°C, la vasca tuffi 29°C. Temperature ampiamente superiori al minimo di legge fissato in 24°C.

Il cloro può dare luogo a irritazioni?

La quantità massima di cloro libero in vasca è di 1,5 mg/l (parti per milione), ampiamente al di sotto della soglia di tollerabilità (è il valore più restrittivo fra i paesi UE) e mantenuto automaticamente da un sistema automatizzato, al quale si affianca un programma di controlli manuali a cura dei nostri operatori. I valori di cloro, PH, temperatura dell'acqua sono riportati su un pannello informativo esposto in tribuna.

Perché non utilizzate sistemi alternativi di disinfezione dell'acqua (UV, ozono, ecc.)?

La legge italiana (atto d'intesa stato-regioni 16/1/2003) impone la cloro-copertura delle vasche per la balneazione pubblica: quindi, anche se dotata di un moderno sistema per trattare l'acqua con raggi UV, la Piscina di Belluno, come tutte le Piscine in Italia, ha l'obbligo di rispettare i parametri ministeriali riguardo al cloro in vasca: questo per neutralizzare qualsiasi sostanza inquinante potenzialmente nociva (germi, batteri, ecc.). Il prodotto utilizzato per trattare l'acqua della Piscina di Belluno è l'ipoclorito di calcio, lo stesso prodotto impiegato nelle nursery per la disinfezione di biberon e tettarelle.

PISCINA di BELLUNO

 Sportivamente
Belluno s.r.l.

 FIN
ScuolaNuoto
FEDERALE



È meglio? Perché? Quanto tempo? Chi?

Possono nascere tante domande sul nuoto
e sull'attività che si svolge in Piscina:
ecco la risposta a tutti i vostri dubbi!

PISCINA DI BELLUNO Tel. 0437/940488
info@sportivamentebelluno.it - www.piscinadibelluno.it
 www.facebook.com/piscinadibelluno

Perché dovrei portare mio figlio in piscina?

Frequentare un corso di nuoto significa permettere al bambino di avvicinarsi all'acqua senza timore e di crescere in salute: il nuoto è lo sport più sicuro e completo.

Il nuoto inoltre è l'unico sport che ti può salvare la vita.

Quanto tempo è necessario per imparare a nuotare?

E' difficile rispondere a questa domanda. Un bambino matura le competenze motorie terrestri (camminare, correre, saltare, ecc.) in maniera spontanea. Tutte le abilità motorie acquatiche devono invece essere apprese attraverso un percorso didattico razionale e rispettoso del grado di sviluppo psicofisico degli allievi. I tempi di apprendimento quindi dipendono da diversi fattori: età degli allievi, struttura fisica, grado di coordinazione, qualità del loro rapporto con l'acqua (i figli di genitori che hanno paura dell'acqua imparano più lentamente), continuità e frequenza con la quale si frequenta la piscina.



È più efficace una lezione collettiva o individuale?

Per i bambini la modalità di apprendimento ottimale è il corso collettivo: la vicinanza dei compagni è un incentivo e un conforto e permette all'istruttore di organizzare giochi ed esercitazioni altrimenti impossibili. La lezione individuale è consigliata solo in presenza di limitazioni fisiche o psichiche gravi (disabilità, traumi, ecc.).

È meglio un corso monosettimanale o bisettimanale?

Per un apprendimento adeguato è senz'altro consigliabile il corso bisettimanale: come detto un elemento chiave dell'apprendimento è la frequenza e gli sport acquatici possono essere praticati solo in Piscina. Più tempo intercorre fra una lezione e l'altra, più le abilità apprese faticano a stabilizzarsi. Scegliendo un corso monosettimanale è necessario mettere quindi in conto tempi di apprendimento più lunghi.

Chi stabilisce il programma didattico?

La Piscina di Belluno è sede della Scuola Nuoto Federale della Federazione Italiana Nuoto. Il programma didattico è articolato in linea di massima in questi quattro punti fondamentali:

1. Ambientamento: gli allievi devono superare completamente la paura dell'acqua ed acquisire le abilità fondamentali sulle quali costruire le nuotate: il tuffo, la respirazione, il galleggiamento prono e supino, lo scivolamento in acqua fonda
2. Nuotate base: gli allievi acquisiscono in forma grezza le nuotate a dorso e crawl (stile libero)
3. Nuotate evolute: gli allievi perfezionano le nuotate a dorso e a crawl e acquisiscono in forma grezza le nuotate a rana e farfalla (delfino)
4. Perfezionamento: gli allievi perfezionano le quattro nuotate, comprese partenze virate e fasi subacquee, e si allenano sulla resistenza, nuotando tratti sempre più lunghi e con maggiore velocità

Chi certifica le capacità acquisite dagli allievi?

Periodicamente vengono effettuate le prove di brevetto: i brevetti sono degli attestati del livello tecnico raggiunto dagli allievi.

È importante ricordare che le acquisizioni non sono definitive ma richiedono un allenamento costante: pause superiori ai due/tre mesi comportano inevitabilmente un regresso tecnico che costringe l'allievo a riprendere l'attività ad un livello inferiore.

Come vengono composti i gruppi?

Nei corsi con frequenza bisettimanale gli allievi vengono divisi in base alle loro capacità tecniche e possibilmente in gruppi di età omogenea. Nello stesso gruppo possono trovarsi allievi di età e struttura fisica diversa ma in condizione di lavorare insieme efficacemente. Nei corsi con frequenza monosettimanale anche le abilità risultano più eterogenee.

Quali qualifiche possiedono gli istruttori?

Tutti gli istruttori di Sportivamente Belluno sono in possesso della qualifica di Istruttore rilasciata dalla Federazione Italiana Nuoto. Nei gruppi con doppio istruttore l'assistente può essere una persona che ha frequentato un corso di formazione interno e che si sta preparando per seguire il percorso di formazione proposto dalla Federazione. La scelta dei maestri è sempre legata alla propensione naturale degli stessi a rapportarsi in modo costruttivo e positivo con la fascia di età alla quale appartengono i componenti dei gruppi assegnati, sia che facciano parte della prima infanzia sia che appartengano alla preadolescenza. A maggiore tutela degli utenti, Sportivamente Belluno chiede inoltre a tutti i propri collaboratori il possesso del brevetto di Assistente Bagnanti.

Chi decide la composizione dei gruppi e gli spostamenti degli allievi da un gruppo all'altro?

Gli spostamenti sono effettuati su richiesta degli istruttori con il consenso del coordinatore della Scuola Nuoto o dall'aiuto coordinatore, che devono osservare e valutare la situazione. Il coordinatore e l'aiuto coordinatore hanno le competenze e l'esperienza necessarie per comporre i gruppi nel modo tecnicamente più omogeneo, creando le condizioni per un migliore apprendimento.

A chi devo rivolgermi per avere informazioni sui progressi di mio figlio o per esporre le mie critiche e rimostranze?

Esclusivamente al coordinatore della Scuola Nuoto che conosce l'organizzazione in tutti i dettagli ed è in grado di fornire informazioni precise e puntuali e di affrontare nel modo migliore qualsiasi problema.

Perché non è possibile parlare direttamente con l'istruttore di mio figlio?

Per ragioni didattiche e di sicurezza l'istruttore deve dedicare tutta la propria attenzione agli allievi. Per qualsiasi chiarimento è sempre a vostra disposizione il coordinatore della scuola nuoto, che potete contattare direttamente o tramite la reception.

Perché non insegnate a nuotare a bambini che hanno meno di sei anni?

Il nuoto è uno sport di resistenza alla velocità ad elevata valenza coordinativa: l'apprendimento delle tecniche di nuotata richiede una coordinazione e quindi un livello di maturazione del sistema nervoso centrale che si raggiunge intorno ai sei anni. Non è un caso che anche la scuola inizi a questa età. I corsi neonatali e prescolari hanno la stessa funzione dell'asilo e della scuola dell'infanzia: attraverso il gioco guidato gli allievi acquisiscono alcune abilità fondamentali (confidenza con l'acqua, respirazione, immersione, galleggiamento statico e dinamico) grazie alle quali, una volta raggiunta l'età adeguata, impareranno a nuotare bene e con facilità. Per i bambini con meno di sei anni l'obiettivo del corso è di condurli a superare i problemi psicologici e motori propri del movimento in acqua: non viene considerato prioritario quindi l'insegnamento del gesto della nuotata, neanche in forma grezza, che viene rimandato a livelli superiori.