



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO
SEZIONE SALVAMENTO

PROGRAMMA DEL CORSO PER ASSISTENTI BAGNANTI

**Il corso risponde ai requisiti previsti
dalle linee-guida della
International Life Saving (ILS)**

Obiettivi generali del corso

IL CORSO SI PROPONE DI PREPARARE I PARTECIPANTI A:

- svolgere un servizio di assistenza a coloro che praticano attività sportive, ricreative o lavorative presso gli stabilimenti balneari e le piscine o comunque in ambiente acquatico (mare, bacini naturali e artificiali, fiumi e torrenti)
- saper utilizzare le attrezzature specifiche per il soccorso del pericolante in acqua
- collaborare con il sistema di Protezione Civile, se necessario, in caso di calamità naturali
- saper intervenire in situazioni di emergenza in ambiente acquatico per il recupero della vittima dall'acqua e l'inizio precoce delle procedure di supporto delle funzioni vitali
- conoscere le norme per la tutela delle acque e i requisiti igienico-ambientali delle acque di balneazione secondo le norme vigenti e saper effettuare i necessari trattamenti delle acque nelle piscine per il mantenimento dei requisiti richiesti.
- conoscere e diffondere i principi di tutela dell'ambiente, con particolare riferimento alle acque, e a riconoscere e saper segnalare un inquinamento ambientale secondo le normative vigenti in materia.

Modalità di ammissione al corso

I corsi per Assistenti Bagnanti sono rivolti a chi è già in possesso di ottime capacità natatorie. Il candidato deve sostenere una prova dinanzi al Fiduciario della Sezione Salvamento o al Maestro di Salvamento delegato dal Fiduciario.

Alla prova pratica il candidato deve dimostrare di saper:

- eseguire un tuffo dall'altezza di almeno un metro sul livello dell'acqua
- nuotare correttamente per almeno 50 metri a crawl
- nuotare correttamente per almeno 25 metri a rana
- nuotare correttamente per almeno 25 metri in un terzo stile a scelta
- recuperare un oggetto ad almeno 3 metri di profondità oppure percorrere almeno 12 metri in apnea subacquea
- mantenere una posizione verticale in acqua con le mani e il capo fuori dall'acqua, utilizzando quindi solo il movimento degli arti inferiori, per almeno 20 secondi.

Coloro che sono in possesso di brevetto rilasciato dal Settore Istruzione Tecnica della F.I.N (minimo istruttore 1° livello) regolarmente convalidato negli ultimi 5 anni sono esonerati dalla prova di ammissione.

Struttura del corso

Il corso di formazione per Assistente Bagnanti permette l'ottenimento del

- **brevetto per Piscina (P)**
- **brevetto per acque Interne e Piscina (IP)**
- **brevetto per acque Marine, Interne, Piscina (MIP)**

Esso è articolato in base ai regolamenti della F.I.N. nel modo seguente:

1. ATTIVITÀ DIDATTICA FRONTALE.

Tale attività è prevista per un totale di:

- 40 ore - delle quali almeno 26 ore di lezioni teoriche e teorico-pratiche in aula e almeno 14 ore di lezioni pratiche in acqua - per il brevetto P
- 48 ore - delle quali almeno 30 ore di lezioni teoriche e teorico-pratiche in aula, (per l'aggiunta, rispetto al brevetto P, di 4 ore di ordinanze, regolamenti e/o codici della navigazione) e almeno 18 ore di lezioni pratiche in acqua (per l'aggiunta, rispetto al brevetto P, di 4 ore di voga) – sia per il brevetto IP sia per il brevetto MIP.

2. TIROCINIO DI FORMAZIONE.

- 10 ore devono essere ulteriormente effettuate, per ogni tipo di brevetto, come tirocinio di formazione presso strutture nelle quali sono applicate le normative federali e operano Assistenti Bagnanti abilitati o comunque ritenute idonee dal Fiduciario responsabile del corso.
- Il tirocinio svolto deve essere valutato dal Fiduciario responsabile del corso.

3. ESERCITAZIONI DELLA TECNICA DI SALVAMENTO.

- Per allenarsi ad eseguire in rapidità e efficacia le corrette tecniche di nuoto per salvamento, di recupero del pericolante e di rianimazione cardiopolmonare di base possono essere neces-

sarie, a giudizio del Fiduciario responsabile del corso, considerato il livello tecnico del candidato, sino ad ulteriori 40 ore per il brevetto P e 50 ore per i brevetti IP e MIP (incluse almeno 10 ore di voga) di esercitazioni individuali da effettuarsi secondo le indicazioni del Fiduciario stesso.

- E' opportuno che il candidato, attraverso le esercitazioni previste, si renda abile a percorrere almeno 400 metri di nuoto in modo continuato e, per quanto riguarda i brevetti IP e MIP, anche a percorrere 200 metri a corsa - 200 a nuoto - 200 a corsa consecutivamente secondo gli standard internazionali previsti dalla International Life Saving.

Il corso per Assistenti Bagnanti della Sezione Salvamento della Federazione Italiana Nuoto risponde ai requisiti previsti dalle linee-guida della ILS (International Life Saving Federation) per il riconoscimento dei brevetti in sede internazionale.

Programma didattico

TECNICHE DI RECUPERO DEL PERICOLANTE IN ACQUA. NORMATIVE. CONOSCENZA DELL'AMBIENTE. TECNICHE DI GESTIONE DELL'IMPIANTO. (lezioni in aula e tirocinio)

1. Introduzione al corso
2. L'ambiente
3. L'inquinamento ambientale e la sua prevenzione
4. Gestione delle operazioni all'interno dell'impianto
5. La figura dell'Assistente Bagnanti
6. La responsabilità dell'Assistente Bagnanti, regolamenti e norme
7. Le tecniche del nuoto di salvamento
8. Soccorso del pericolante in acqua
9. Soccorso in mare

PERFEZIONAMENTO DELLE TECNICHE DI NUOTO (lezioni in acqua ed esercitazioni)

TECNICHE DI PRIMO SOCCORSO E DI RIANIMAZIONE DI BASE

1. Organizzazione ed attrezzatura per il primo soccorso. Come si attiva il sistema di soccorso.
2. Cenni di anatomia e fisiologia del sistema nervoso, respiratorio e cardiocircolatorio. Principi di emodinamica. Il polso.
3. Lo stato di coscienza e la perdita di coscienza. L'ipossia cerebrale.
4. Le principali patologie acute degli apparati nervoso, respiratorio e cardiovascolare. Lo shock.

5. La rianimazione cardiopolmonare di base.
6. La perdita di coscienza in acqua e la fisiopatologia dell'annegamento.
7. Cenni di fisiopatologia delle attività subacquee e di patologia otoiatrica.
8. Nozioni di termoregolazione, disturbi da calore e da freddo, folgorazione.
9. Emorragie arteriose e venose. Epistassi.
10. Patologie traumatiche osteo-articolari, tendinee e muscolari.
11. Le malattie infettive e l'ambiente acquatico e miscellanea di dermatologia acquatica.
12. Gli avvelenamenti.

Esame teorico-pratico

Il Corso per il conseguimento del Brevetto di Assistente Bagnanti prevede la fornitura di materiale didattico e audiovisivo e si conclude con un esame teorico sulle materie affrontate in aula, teorico-pratico per il primo soccorso e pratico in acqua.

Prova teorico-pratica

Colloquio sulle materie previste dal programma delle lezioni teoriche e teorico pratiche.

Colloquio sulle materie previste dal programma delle lezioni teoriche di primo soccorso.

Dimostrazione pratica su manichino delle tecniche di rianimazione cardiopolmonare.

Prova pratica di nuoto

- Nuotare 100 metri a crawl in meno di 1'40"
- Nuotare 50 metri in meno di 1'25" così effettuati:
 - andata: 25 metri nuotati a crawl a testa alta
 - al termine di essi recuperare un manichino da gara o figurante a una profondità di almeno 1,50 m
 - ritorno: 25 metri di trasporto del manichino o figurante con presa libera tra quelle codificate.
- Nuotare 25 metri in apnea recuperando 3 oggetti sul fondo a distanza di almeno 5 metri l'uno dall'altro
- Nuotare 25 metri di trasporto del manichino o figurante con tre diverse tecniche di trasporto

Prove pratiche aggiuntive per candidati ai brevetti IP e MIP (da eseguire in acque libere)

- Percorrere almeno 100 m (sino a 50 m dalla battigia o pontile) con imbarcazione a remi con tecnica di remata in piedi e virata ai 50 metri intorno alla boa di segnalazione senza colpirla in alcun modo.
- Lancio del salvagente in acqua verso una boa o altro riferimento e recupero simulato.