SCUOLA	SCUOLA DELLE SCIENZE GIURIDICHE ED ECONOMICO-SOCIALI
ANNO ACCADEMICO	2014/2015
CORSO DI LAUREA	Scienze delle Attività Motorie e Sportive
INSEGNAMENTO	Teoria, tecnica e didattica delle attività sportive individuali
TIPO DI ATTIVITÀ	Caratterizzante
AMBITO DISCIPLINARE	Discipline motorie e sportive
CODICE INSEGNAMENTO	17540
ARTICOLAZIONE IN MODULI	No
NUMERO MODULI	-
SETTORI SCIENTIFICO DISCIPLINARI	MEDF-02
DOCENTE RESPONSABILE	Prof. Angelo Iovane Professore associato Università di Palermo
CFU	6
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLO STUDIO PERSONALE	86
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLE ATTIVITÀ DIDATTICHE ASSISTITE	64
PROPEDEUTICITÀ	Nessuna
ANNO DI CORSO	Secondo
SEDE DI SVOLGIMENTO DELLE LEZIONI	http://portale.unipa.it/dipartimenti/dipartimentoscienze/giuridichedellasocietaed/cds/scienzedelleattivitamotorieesportive2118/?pagina=lezioni
ORGANIZZAZIONE DELLA DIDATTICA	Lezioni frontali, Lezioni tecnico-pratiche
MODALITÀ DI FREQUENZA	Facoltativa
METODI DI VALUTAZIONE	Prova pratica e prova orale
TIPO DI VALUTAZIONE	Voto in trentesimi
PERIODO DELLE LEZIONI	Secondo semestre
CALENDARIO DELLE ATTIVITÀ DIDATTICHE	http://portale.unipa.it/dipartimenti/dipartimentoscienze/giuridichedellasocietaed/cds/scienzedelleattivitamotorieesportive2118/?pagina=lezioni
ORARIO DI RICEVIMENTO DEGLI STUDENTI	Si riceve previa prenotazione tramite email: angelo.iovane@unipa.it http://portale.unipa.it/personedocenti/i/angelo.iovane

<p>RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI</p> <p>Conoscenza e capacità di comprensione: Il corso si propone di: promuovere l'apprendimento della teoria, tecnica e didattica delle specialità dell'atletica leggera e della ginnastica artistica; sviluppare le conoscenze dei principi metodologici e didattici da seguire per l'apprendimento dei gesti tecnici delle specialità dell'atletica leggera e della ginnastica artistica; approfondire la conoscenza dei regolamenti tecnici federali dell'atletica leggera e della ginnastica artistica.</p> <p>Capacità di applicare conoscenza e comprensione: Il corso si propone di sviluppare: la capacità di eseguire correttamente i gesti tecnici delle</p>

discipline sportive prese in esame; la capacità di utilizzare le istruzioni e le dimostrazioni per l'insegnamento delle abilità tecniche; la capacità di valutare la prestazione del gesto tecnico e di applicare in campo i comportamenti e le regole degli sport esaminati; la capacità di utilizzare gli attrezzi di gara e di conoscere i regolamenti della Federazione Italiana di Atletica Leggera (FIDAL) e delle Federazione Ginnastica d'Italia (FGI)

Autonomia di giudizio:

Il corso si propone di sviluppare: la capacità di valutare correttamente la qualità di esecuzione delle abilità tecniche e di operare le opportune ed adeguate correzioni del gesto tecnico al fine di migliorare la prestazione sportiva; la capacità di far rispettare i comportamenti e le regole dei regolamenti federali studiati.

Abilità comunicative:

Il corso si propone di sviluppare: la capacità di descrivere e commentare le conoscenze acquisite, adeguando le forme comunicative agli interlocutori; la capacità di esporre i risultati dell'osservazione e le possibili implicazioni della pratica della ginnastica artistica e delle diverse specialità dell'atletica leggera.

Capacità d'apprendimento:

Il corso si propone di sviluppare: la capacità di aggiornamento attraverso la consultazione di pubblicazioni scientifiche specifiche del settore; la capacità di proseguire compiutamente gli studi, utilizzando le conoscenze acquisite nel corso di teoria, tecnica e didattica nelle attività sportive individuali.

OBIETTIVI FORMATIVI

Il corso si pone l'obiettivo di fornire da un lato le conoscenze teoriche sulla didattica e sulla tecnica dei gesti tecnici della ginnastica artistica e delle specialità dell'atletica leggera; dall'altro di esercitare gli studenti all'apprendimento delle abilità tecniche specifiche delle attività sportive praticate. Al termine del corso lo studente sarà in grado di eseguire i gesti tecnici, di applicare le metodologie di insegnamento più idonee, di conoscere le regole delle attività sportive praticate, di valutare correttamente la qualità di esecuzione delle abilità tecniche e di operare le opportune ed adeguate correzioni.

ORE	LEZIONI FRONTALI DI ATLETICA LEGGERA
2	Presentazione del corso. Atletica leggera. Definizione di concorsi e corse. Lo Stadio per l'Atletica Leggera: piste e pedane. Corse, lanci, salti. Regole generali per le gare di Atletica Leggera.
2	Velocità: analisi tecnica di: 100 metri p., 200 metri p., 400 metri p., staffette 4x100 e 4x400 metri p. Ostacoli; analisi tecnica di: 110 metri HS, 100 metri HS, 400 metri HS. I Salti; analisi tecnica di: salto in alto, salto in lungo, salto triplo, salto con l'asta.
2	I Lanci; analisi tecnica di: getto del peso, lancio del martello, lancio del disco, lancio del giavellotto.
2	Il Mezzofondo; analisi tecnica di: 800 metri, 1500 metri, 3000 siepi, 5000 metri, 10000 metri. Il Fondo; maratona. La Marcia; 20 km, 50 km. Le Prove multiple: Decathlon maschile, Eptathlon, femminile.
8	
	LEZIONI TECNICO-PRATICHE DI ATLETICA LEGGERA
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui 100 metri p., 200 metri p., 400 metri p.
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sulle staffette 4x100 e 4x400 metri p.
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui 110 metri HS, 100 metri HS, 400 metri HS
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sul salto in alto, salto in lungo, salto triplo
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sul getto del peso.

4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui 800 metri, 1500 metri, 3000 siepi, 5000 metri, 10000 metri.
24	
TESTI CONSIGLIATI	Centro Studi e Ricerche: "Il Manuale dell'Istruttore di Atletica Leggera" Federazione italiana di Atletica Leggera; G. Polizzi, M. Giaccone: "Il mezzofondo prolungato", C.U.S. Palermo, 2006 Regolamento della Federazione italiana di Atletica Leggera (FIDAL). Dispense del docente

ORE	LEZIONI FRONTALI DI GINNASTICA ARTISTICA
2	Presentazione del corso di Ginnastica artistica . Presentazione della disciplina Caratteristiche fondamentali dei settori di attività della F.G.I. . Le specialità nella ginnastica artistica. Suddivisione strutturale dell' elemento ginnico: l' esercizio; l' elemento tecnico; analisi dell' elemento; l' importanza della preparazione fisica generale e speciale nella pratica della ginnastica artistica
2	Le evoluzioni; l' attività ginnica in rapporto all' attrezzo. Strutturazione degli elementi della ginnastica artistica: l' importanza della sequenzialità; gli schemi motori " chiave". La forma di lavoro : il percorso o circuito
2	Lo sviluppo ed il potenziamento delle capacità motorie e delle capacità senso-percettive nella pratica della ginnastica artistica in riferimento alle varie fasi dell' età evolutiva mezzi e metodi. Ambiente di lavoro e attrezzature
2	Rapporto tra le capacità coordinative e la tecnica. Le abilità tecniche di base: ponte; staccata sagittale e frontale, rotolamenti, rovesciamenti, ribaltamenti. Attrezzi specifici e facilitanti per l' apprendimento delle abilità nella ginnastica artistica
8	
	LEZIONI TECNICO-PRATICHE DI GINNASTICA ARTISTICA
	Esercitazioni didattiche e tecniche sulle abilità di base della Ginnastica Artistica (tecnica-didattica-assistenza)
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sul ponte, la staccata sagittale e frontale
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui rotolamenti: capovolta avanti, capovolta indietro.
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui rotolamenti: capovolta indietro alla verticale, capovolta saltata, tuffo
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui rovesciamenti: verticale, ruota,
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui rovesciamenti: rovesciata avanti, rovesciata indietro
4	Esercitazioni didattiche e tecniche sui ribaltamenti: pre-salto, ruota spinta, rotonda
24	
TESTI CONSIGLIATI	- Gianfranco Gottardi : "Avviamento alla Ginnastica Artistica" – Società Stampa Sportiva, 2004 - Claudio Scotton, Daniela Senarega: Corso di ginnastica artistica - ediz. Libreria Cortina (Torino), 2012 - Dispense del docente