



# UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PALERMO

<b>DIPARTIMENTO</b>	Scienze Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione		
<b>ANNO ACCADEMICO OFFERTA</b>	2015/2016		
<b>ANNO ACCADEMICO EROGAZIONE</b>	2016/2017		
<b>CORSO DILAUREA</b>	SCIENZE DELLE ATTIVITA' MOTORIE E SPORTIVE		
<b>INSEGNAMENTO</b>	TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DEL GOLF		
<b>TIPO DI ATTIVITA'</b>	D		
<b>AMBITO</b>	10502-A scelta dello studente		
<b>CODICE INSEGNAMENTO</b>	11539		
<b>SETTORI SCIENTIFICO-DISCIPLINARI</b>	M-EDF/02		
<b>DOCENTE RESPONSABILE</b>	BIANCO ANTONINO	Professore Ordinario	Univ. di PALERMO
<b>ALTRI DOCENTI</b>			
<b>CFU</b>	3		
<b>NUMERO DI ORE RISERVATE ALLO STUDIO PERSONALE</b>	43		
<b>NUMERO DI ORE RISERVATE ALLA DIDATTICA ASSISTITA</b>	32		
<b>PROPEDEUTICITA'</b>			
<b>MUTUAZIONI</b>			
<b>ANNO DI CORSO</b>	2		
<b>PERIODO DELLE LEZIONI</b>	1° semestre		
<b>MODALITA' DI FREQUENZA</b>	Facoltativa		
<b>TIPO DI VALUTAZIONE</b>	Voto in trentesimi		
<b>ORARIO DI RICEVIMENTO DEGLI STUDENTI</b>	<b>BIANCO ANTONINO</b> Martedì 11:00 15:00 Via Giovanni Pascoli 6. 2 piano		

DOCENTE: Prof. ANTONINO BIANCO

<b>PREREQUISITI</b>	
<b>RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI</b>	<p>Conoscenza e capacità di comprensione Adeguate conoscenza della terminologia scientifica e capacità di comprensione teorica di testi e pubblicazioni scientifiche relativamente ai contenuti di seguito specificati: Metodologia dell'allenamento applicata agli sport individuali. Il Golf. La preparazione atletica di base.</p> <p>Capacità applicative e competenze multidisciplinari Lo studente alla fine del corso sarà in grado di programmare piani di allenamento specifici per la preparazione atletica del golfista di livello professionistico ed amatoriale. Lo studente, inoltre, conoscerà nel dettaglio il regolamento tecnico ufficiale della R&amp;A riguardante il gioco del Golf.</p> <p>Autonomia di giudizio Autonomia di giudizio e conseguente possibilità di sviluppare considerazioni logiche e deduttive, indispensabili per lavorare autonomamente e per l'inserimento nel mondo del lavoro, con particolare riferimento a solide basi culturali e collegamenti trasversali delle conoscenze e a valutazione e interpretazione di dati, aspetti concernenti la teoria, tecnica e didattica del golf.</p> <p>Abilità nella comunicazione Abilità nella comunicazione orale, scritta e multimediale con esposizione in modo compiuto del proprio pensiero per scambio d'informazioni generali, presentazione di dati, dialogo con esperti di altri settori e conseguente capacità di lavorare in gruppo e di "problem solving".</p> <p>Capacità di apprendere Capacità di apprendere per sviluppo ed approfondimento di ulteriori competenze, con riferimento all'aggiornamento continuo delle conoscenze mediante consultazione di materiale bibliografico, banche dati, etc., utili anche ai fini dell'accesso a corsi di studio Magistrali, master di primo livello ed altre attività formative post-lauream.</p>
<b>VALUTAZIONE DELL'APPRENDIMENTO</b>	Prova Scritta e/o Prova Orale
<b>OBIETTIVI FORMATIVI</b>	Al termine del corso di studio gli studenti acquisiranno le competenze necessarie per operare efficacemente nell'ambito dei centri sportivi che erogano corsi di Golf a tutti i livelli. In particolare essi potranno strutturare programmi di allenamento mirati al condizionamento generale e specifico del giocatore di golf (periodi pre-gara, in gara, post-gara ed in fase di riabilitazione post-trauma). Lo studente conoscerà, inoltre, il regolamento del Golf.
<b>ORGANIZZAZIONE DELLA DIDATTICA</b>	Lezioni frontali, esercitazioni
<b>TESTI CONSIGLIATI</b>	Dispense preparate dal Docente: Bianco A. (a.a. 2013/2014) La Preparazione atletica per il golf. Marco Bellini, Gianluigi Cenciai. Calzetti Mariucci, 2010 Regolamento del gioco del golf (FIG - R&A, 2012 – 2015) Di Ponziano D, Alla ricerca dello swing migliore. Pierlando Ed (1999)

### PROGRAMMA

ORE	Lezioni
3	Presentazione del Corso – Terminologia. L'etichetta ed il regolamento R&A
3	La metodologia dell'allenamento applicata al gioco del Golf I
3	La metodologia dell'allenamento applicata al gioco del Golf II
3	La sacca ed il terreno di gioco, gli status del giocatore. I vari tipi di match.
4	Lo swing. Il takeaway, il backswing, il downswing, l'impact, il follow-through, il finish. Come apprendere lo swing. Il grip. Il grip della mano sinistra. Il grip della mano destra. L'approccio mentale alla gara.
ORE	Esercitazioni
4	Lo swing. L'allineamento del corpo. La routine. Il colpo al green. L'approccio. Il putt. Simulazioni di gara.
4	La routine. Il colpo al green.
4	L'approccio. Il putt. Simulazioni di gara.