

FACOLTÀ	Scienze Motorie
ANNO ACCADEMICO	2012-13
CORSO DI LAUREA	Corso di laurea Magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Sportive
INSEGNAMENTO	Metodologia e Programmazione dell'allenamento nei Giochi Sportivi
TIPO DI ATTIVITÀ	Caratterizzante
AMBITO DISCIPLINARE	Scienze motorie e sportive
CODICE INSEGNAMENTO	15496
ARTICOLAZIONE IN MODULI	SI
NUMERO MODULI	3
SETTORI SCIENTIFICO DISCIPLINARI	M-EDF/02
DOCENTE RESPONSABILE	Antonio Palma Professore Ordinario Università di Palermo
DOCENTE RESPONSABILE (MODULI)	Antonio Palma Professore Ordinario Università di Palermo
CFU	9
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLO STUDIO PERSONALE	129
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLE ATTIVITÀ DIDATTICHE ASSISTITE FRONTALI + ESERCITAZIONI	24 ore frontali e 72 ore di esercitazioni pratiche
PROPEDEUTICITÀ	nessuna
ANNO DI CORSO	Primo
SEDE DI SVOLGIMENTO DELLE LEZIONI	Lezioni frontali presso Campus Lincoln in via Eleonora Duse, 2. Lezioni pratiche presso CUS in via Altofonte
ORGANIZZAZIONE DELLA DIDATTICA	Lezioni frontali, Esercitazioni in campo
MODALITÀ DI FREQUENZA	Facoltativa,
METODI DI VALUTAZIONE	Prova pratica e prova orale
TIPO DI VALUTAZIONE	Voto in trentesimi
PERIODO DELLE LEZIONI	Secondo semestre I anno
CALENDARIO DELLE ATTIVITÀ DIDATTICHE	Giorni e orario delle lezioni
ORARIO DI RICEVIMENTO DEGLI STUDENTI	Prof. A. Palma Previo appuntamento tramite e-mail all'indirizzo: antonio.palma@unipa

RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI

Conoscenza e capacità di comprensione: progettare un programma di allenamento per atleti di élite nei dettagli del breve, medio e lungo periodo, nelle diverse tappe della preparazione, per le diverse tipologie di giochi sportivi, specificando le caratteristiche del carico in base alla prestazione individuale, per età, livello di specializzazione e genere. Capacità di utilizzare il linguaggio specifico proprio della metodologia di allenamento per i giochi sportivi.

Conoscenze avanzate sui principi della didattica, sui regolamenti di gara e sui gesti tecnici riguardanti i giochi di squadra (calcio e pallavolo). Analisi delle caratteristiche tecniche degli attrezzi di gara e dei campi di gioco. Capacità di utilizzare il linguaggio tecnico sportivo specifico.

Capacità di applicare conoscenza e comprensione: capacità di eseguire correttamente i gesti tecnici e i fondamentali specifici delle discipline sportive prese in esame; capacità di utilizzare le istruzioni e le dimostrazioni per l'insegnamento delle abilità tecniche; capacità di valutare la prestazione del gesto tecnico; capacità di applicare in campo i comportamenti e le regole degli sport esaminati; capacità di utilizzare gli attrezzi di gara e di conoscere le caratteristiche dei campi di gioco.

Autonomia di giudizio: 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. Capacità di far rispettare i comportamenti e le regole specifici di ogni sport.

Abilità comunicative: Capacità di motivare la pratica sportiva prendendo come riferimento atleti che si sono distinti

non solo per il raggiungimento di prestazioni sportive elevate ma anche per l'elevato valore morale, etico e sociale.
Capacità d'apprendimento: Capacità di aggiornamento attraverso la consultazione di pubblicazioni scientifiche nell'ambito della didattica e della tecnica dello sport. Capacità di seguire, utilizzando le conoscenze acquisite nel corso, sia master di secondo livello, sia corsi d'approfondimento sia seminari specialistici nel settore della didattica e tecnica dello sport.

OBIETTIVI FORMATIVI

Gli obiettivi del modulo sono quelli di fornire, da un lato le conoscenze teoriche sulla didattica e sulla tecnica dei giochi sportivi di squadra (calcio e pallavolo); dall'altro di esercitare gli studenti all'apprendimento delle abilità tecniche e tattiche degli sport considerati. 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 del gioco, di valutare correttamente la qualità di esecuzione delle abilità tecniche e di operare le opportune ed adeguate correzioni al fine di migliorare la prestazione sportiva.

MODULO	Pallavolo (8 ore frontali + 24ore pratica)
ORE FRONTALI	LEZIONI FRONTALI
2	Le caratteristiche tecnico-tattiche del gioco della pallavolo
2	Il modello prestativo del gioco della pallavolo
2	La programmazione annuale dell'allenamento nella pallavolo
2	I mezzi di allenamento delle capacità fisiche, tecniche e tattiche del gioco della pallavolo
	ESERCITAZIONI
24	Esercizi per l'apprendimento dei fondamentali e delle regole del gioco della pallavolo. Tecnica e aspetti biomeccanici della pallavolo. Applicazione dei metodi di allenamento nella pallavolo.
	TESTI CONSIGLIATI
	Ilario Bonandi : Pallavolo di base : Proposte per l'insegnamento e l'allenamento della Pallavolo nelle Scuole Medie e nei settori giovanili 2004
	Contadin Alessandro: Programmazione annuale della preparazione fisica nella pallavolo. 74 sedute di allenamento. Calzetti Mariucci, 2008

MODULO	Calcio (8 ore frontali + 24 ore pratica)
ORE FRONTALI	LEZIONI FRONTALI
2	Le caratteristiche tecnico-tattiche del gioco del calcio
2	Il modello prestativo del gioco del calcio
2	La programmazione annuale dell'allenamento nel gioco del calcio
2	I mezzi di allenamento delle capacità fisiche, tecniche e tattiche del gioco del calcio
	ESERCITAZIONI
24	Esercizi per l'apprendimento dei fondamentali e delle regole del gioco della pallavolo. Tecnica e aspetti biomeccanici della pallavolo. Applicazione dei metodi di allenamento nella pallavolo.
	TESTI CONSIGLIATI
	Bernicchi Corrado; Comucci Nicola Manuale per l'istruzione calcistica dei giovani di Editore: Nardini 1994
	Pereni-Di Cesare: Calcio-Manuale Tecnico Tattico Allenatore; 1997

MODULO	Pallacanestro (8 ore frontali + 24 ore pratica)
ORE FRONTALI	LEZIONI FRONTALI
2	Le caratteristiche tecnico-tattiche del gioco della pallacanestro
2	Il modello prestativo del gioco della pallacanestro
2	La programmazione annuale dell'allenamento nel gioco della pallacanestro
2	I mezzi di allenamento delle capacità fisiche, tecniche e tattiche del gioco della pallacanestro
	ESERCITAZIONI
24	Esercizi per l'apprendimento dei fondamentali e delle regole del gioco della pallacanestro. Tecnica e aspetti biomeccanici della pallacanestro. Applicazione dei metodi di allenamento nella pallacanestro.
	TESTI CONSIGLIATI
	Peterson Dan: Basket Essenziale , Libreria dello sport, 2003

Messina Ettore: Basket , Zanichelli, 2005
