



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PALERMO

DIPARTIMENTO	Scienze Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione		
ANNO ACCADEMICO OFFERTA	2016/2017		
ANNO ACCADEMICO EROGAZIONE	2017/2018		
CORSO DILAUREA MAGISTRALE	SCIENZE E TECNICHE DELLE ATTIVITA' MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE E DELLE ATTIVITA' SPORTIVE		
INSEGNAMENTO	METODOL. E PROGRAMM. DELL'ALLENAMENTO NELLE ATT.SPORTIVE INDIVID. C.I.		
CODICE INSEGNAMENTO	16354		
MODULI	Si		
NUMERO DI MODULI	2		
SETTORI SCIENTIFICO-DISCIPLINARI	M-EDF/02, M-EDF/01		
DOCENTE RESPONSABILE	BATTAGLIA GIUSEPPE	Professore Associato	Univ. di PALERMO
ALTRI DOCENTI	BATTAGLIA GIUSEPPE	Professore Associato	Univ. di PALERMO
	ZANGLA DANIELE	Professore Associato	Univ. di PALERMO
CFU	9		
PROPEDEUTICITA'			
MUTUAZIONI			
ANNO DI CORSO	2		
PERIODO DELLE LEZIONI	1° semestre		
MODALITA' DI FREQUENZA	Facoltativa		
TIPO DI VALUTAZIONE	Voto in trentesimi		
ORARIO DI RICEVIMENTO DEGLI STUDENTI	BATTAGLIA GIUSEPPE Martedì 10:00 12:30 Si informano i prenotati che il ricevimento studenti si svolgerà tramite Microsoft teams collegandosi a RICEVIMENTO STUDENTI PROF. G BATTAGLIA utilizzando il seguente codice di accesso.: 5b3x17r		
	ZANGLA DANIELE Martedì 16:00 17:00 via Pascoli o via teams previa comunicazione		

DOCENTE: Prof. GIUSEPPE BATTAGLIA

PREREQUISITI	Conoscenze di teoria e metodologia dell'allenamento
RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI	Gli studenti abbiano dimostrato conoscenze e capacita' di comprensione in un campo di studi di livello post secondario nell'ambito dell'atletica e del tennis e siano a un livello che, caratterizzato dall'uso di libri di testo avanzati, include anche la conoscenza di alcuni temi d'avanguardia nel proprio campo di studi; Gli studenti siano capaci di applicare le loro conoscenze e capacita' di comprensione in maniera da dimostrare un approccio professionale al loro lavoro nell'atletica e nel tennis, e possiedano competenze adeguate sia per ideare e sostenere argomentazioni che per risolvere problemi nel proprio campo di studi; Gli studenti abbiano la capacita' di raccogliere e interpretare i dati, normalmente nel proprio campo di studio (tennis e atletica) ritenuti utili a determinare giudizi autonomi, inclusa la riflessione su temi sociali, scientifici o etici ad essi connessi; Gli studenti sappiano comunicare informazioni sull'atletica e tennis, idee, problemi e soluzioni a interlocutori specialisti e non specialisti; Gli studenti abbiano sviluppato quelle capacita' di apprendimento che sono loro necessarie per intraprendere studi successivi con un alto grado di autonomia.
VALUTAZIONE DELL'APPRENDIMENTO	Esame teorico-pratico. Lo studente dovra' rispondere ad almeno 2-4 domande mediante dimostrazione pratica. L'esame ha lo scopo di verificare le competenze tecnico-tattiche raggiunte negli sport studiati, l'autonomia di giudizio e le competenze interpretative raggiunte nell'ambito degli sport svolti. La soglia della sufficienza sara' raggiunta quando lo studente mostri conoscenza e comprensione degli argomenti almeno nelle linee generali e abbia competenze applicative minime in ordine alla risoluzione di casi concreti; dovra' ugualmente possedere capacita' espositive e argomentative tali da consentire la trasmissione delle sue conoscenze all'esaminatore. Al di sotto di tale soglia, l'esame risultera' insufficiente. Quanto piu, invece, l'esaminando con le sue capacita' argomentative ed espositive riesce a interagire con l'esaminatore, e quanto piu' le sue conoscenze e capacita' applicative vanno nel dettaglio della disciplina oggetto di verifica, tanto piu' la valutazione sara' positiva. La valutazione avviene in trentesimi. La valutazione complessiva prevede la votazione in trentesimi e tiene in considerazione i seguenti metodi: 30-30 e lode (eccellente), che corrisponde al giudizio 'ottima conoscenza degli argomenti, ottima proprieta' di linguaggio, buona capacita' analitica, lo studente e' in grado di applicare le conoscenze per risolvere i problemi proposti'; 26-29 (ottimo), che corrisponde al giudizio 'buona padronanza degli argomenti, piena proprieta' di linguaggio, lo studente e' in grado di applicare le conoscenze per risolvere i problemi proposti'; 24-25 (buono), che corrisponde al giudizio 'conoscenza di base dei principali argomenti, discreta proprieta' di linguaggio, con limitata capacita' di applicare autonomamente le conoscenze alla soluzione dei problemi proposti'; 21-23 (soddisfacente), che corrisponde al giudizio non ha piena padronanza degli argomenti principali dell'insegnamento ma ne possiede le conoscenze, soddisfacente proprieta' di linguaggio, scarsa capacita' di applicare autonomamente le conoscenze acquisite'; 18-20 (sufficiente), che corrisponde al giudizio 'minima conoscenza di base degli argomenti principali dell'insegnamento e del linguaggio tecnico, scarsissima o nulla capacita' di applicare autonomamente le conoscenze acquisite'; insufficiente, che corrisponde al giudizio 'non possiede una conoscenza accettabile dei contenuti degli argomenti trattati durante il corso'.
ORGANIZZAZIONE DELLA DIDATTICA	Lezioni frontali, esercitazioni

MODULO
TEORIA TECNICA E DIDATTICA DEL CANOTTAGGIO

Prof. DANIELE ZANGLA

TESTI CONSIGLIATI

- AA.VV. – Voghiamo insieme, Guida Tecnica per l'avviamento al canottaggio giovanile – CONI / FIC 2006
- Dispense del docente

TIPO DI ATTIVITA'	B
AMBITO	50540-Discipline motorie e sportive
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLO STUDIO PERSONALE	50
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLE ATTIVITA' DIDATTICHE ASSISTITE	25

OBIETTIVI FORMATIVI DEL MODULO

Il corso e' orientato ad approfondire la conoscenza della tecnica di voga, della metodologia dell'allenamento, delle problematiche relative alla sicurezza, dei principi etici, dei regolamenti federali, dell'assetto e regolazione delle imbarcazioni in base alle osservazioni in allenamento con soggetti neofiti al remoergometro e con imbarcazioni propedeutiche giovanili, coastal rowing ed olimpiche.

PROGRAMMA

ORE	Lezioni
2	storia del canottaggio
3	Il modello prestativo e i metodi di allenamento e di valutazione
3	Teoria dell'assetto imbarcazioni ed analisi video
3	Teoria della tecnica di voga ed analisi video
2	Regolamenti federali, sicurezza e principi etici
12	Esercitazioni di tecnica di voga al remoergometro, in barche propedeutiche, coastal rowing ed olimpiche. Metodologie di allenamento. Analisi di allenamenti. Assetto imbarcazioni

MODULO TEORIA, TECNICA, DIDATTICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI

Prof. GIUSEPPE BATTAGLIA

TESTI CONSIGLIATI

Bompa T.O.: Periodizzazione dell'allenamento sportivo. Calzetti e Mariucci, 2001
 AAVV (FIDAL): Il manuale dell'istruttore di atletica leggera - Parte 1, 1999
 AAVV (FIDAL): Il manuale dell'allenatore di atletica leggera - Parte 2: salti e prove multiple; 2001
 AAVV (FIDAL): Il manuale dell'allenatore di atletica leggera - Parte 2: generalita, corse e marcia; 2001
 AAVV (FIDAL): Il manuale dell'allenatore di atletica leggera - Parte 3: i lanci; 2002
 500 Anni di Tennis / di Gianni Clerici. - Mondadori, 2004
 Tennis da Manuale / Stefano Alfonsi. - Casa Ed. Demetra. 2000
 1500 fasi di gioco per sviluppare tecnica, velocita' e ritmo nel gioco del tennis
 di: Alessandro Del Freo, Calzetti & Mariucci, 1996.
 Dispense del docente

TIPO DI ATTIVITA'	B
AMBITO	50540-Discipline motorie e sportive
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLO STUDIO PERSONALE	100
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLE ATTIVITA' DIDATTICHE ASSISTITE	50
OBIETTIVI FORMATIVI DEL MODULO	
Acquisizione delle competenze tecnico-tattiche e metodologiche sul gioco del tennis e sull'atletica leggera Acquisizione della terminologia tecnica degli sport studiati	

PROGRAMMA

ORE	Lezioni
3	Presentazione del corso. Studio delle relazioni esistenti tra la prestazione sportiva nell'atletica e le caratteristiche antropometriche di un atleta. Principi sulla distribuzione del carico di allenamento nei giovani atleti di alto livello.
3	Aspetti fisiologici legati alle specialita' dell'atletica. La forza: aspetti generali e specifici. La resistenza: aspetti generali e specifici. La velocita'/rapidita': aspetti generali e specifici.
3	Le fasi della programmazione nelle specialita' dell'atletica leggera. Aspetti trasversali della metodologia dell'allenamento nelle varie specialita. Peculiarita' dell'allenamento e della programmazione nell'atleta di alta qualificazione. La scelta degli obiettivi. La scelta dei mezzi e dei metodi di allenamento.
3	La programmazione nelle specialita' dell'Atletica . La periodizzazione dell'allenamento: semplice e doppia.
3	La metodologia dell'allenamento del gioco del tennis.
3	Il regolamento e il campo di gioco del tennis
3	Gli elementi del gioco. Il modello di prestazione del tennis. Aspetti metodologici dell'allenamento. Fattori influenzanti la prestazione.
3	La programmazione annuale dell'allenamento nei tennisti di alto livello
2	L'allenamento in altura
3	Mezzi e metodi dell'allenamento della forza e della velocita' nei velocisti. Esercitazioni
3	Mezzi e metodi dell'allenamento della forza e della velocita' nei saltatori
3	Mezzi e metodi dell'allenamento della forza nei lanciaori. Esercitazioni pratiche
3	Mezzi e metodi di allenamento nei corridori. Esercizi
3	La preparazione fisica nel tennis. Esercitazioni pratiche
3	Mezzi e metodi dell'allenamento della forza nel tennis. Esercitazioni
3	Mezzi e metodi dell'allenamento della velocita' nel tennis. Esercitazioni
3	Mezzi e metodi dell'allenamento della resistenza nel tennis. Esercitazioni