



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PALERMO

DIPARTIMENTO	Scienze Psicologiche, Pedagogiche, dell'Esercizio Fisico e della Formazione		
ANNO ACCADEMICO OFFERTA	2022/2023		
ANNO ACCADEMICO EROGAZIONE	2023/2024		
CORSO DILAUREA	SCIENZE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE		
INSEGNAMENTO	TEORIA, TECNICA, E DIDATTICA DELLE ATTIVITA' SPORTIVE INDIVIDUALI		
TIPO DI ATTIVITA'	B		
AMBITO	50098-Discipline motorie e sportive		
CODICE INSEGNAMENTO	17540		
SETTORI SCIENTIFICO-DISCIPLINARI	M-EDF/02		
DOCENTE RESPONSABILE	IOVANE ANGELO	Professore Associato	Univ. di PALERMO
ALTRI DOCENTI			
CFU	6		
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLO STUDIO PERSONALE	98		
NUMERO DI ORE RISERVATE ALLA DIDATTICA ASSISTITA	52		
PROPEDEUTICITA'			
MUTUAZIONI			
ANNO DI CORSO	2		
PERIODO DELLE LEZIONI	2° semestre		
MODALITA' DI FREQUENZA	Facoltativa		
TIPO DI VALUTAZIONE	Voto in trentesimi		
ORARIO DI RICEVIMENTO DEGLI STUDENTI	IOVANE ANGELO Mercoledì 11:30 13:00 Via pascoli secondo piano		

DOCENTE: Prof. ANGELO IOVANE

PREREQUISITI	Conoscenze di teoria e metodologia dell'allenamento
RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI	<p>Gli studenti abbiano dimostrato conoscenze e capacita' di comprensione che estendono e/o rafforzano quelle tipicamente associate al primo ciclo e consentono di elaborare e/o applicare idee originali, spesso in un contesto di ricerca nell'ambito degli sport studiati;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gli studenti siano capaci di applicare le loro conoscenze, capacita' di comprensione e abilita' nel risolvere problemi a tematiche nuove o non familiari, inserite in contesti piu' ampi (o interdisciplinari) connessi al proprio settore di studio; - Gli studenti abbiano la capacita' di integrare le conoscenze e gestire la complessita, nonche' di formulare giudizi sulla base di informazioni limitate o incomplete, includendo la riflessione sulle responsabilita' sociali ed etiche collegate all'applicazione delle loro conoscenze e giudizi nell'ambito degli sport studiati; - Gli studenti sappiano comunicare in modo chiaro e privo di ambiguita' le loro conclusioni, nonche' le conoscenze e la ratio ad esse sottese, a interlocutori specialisti e non specialisti; - Gli Studenti abbiano sviluppato quelle capacita' di apprendimento che consentano loro di continuare a studiare per lo piu' in modo auto-diretto o autonomo.
VALUTAZIONE DELL'APPRENDIMENTO	<p>Esame teorico-pratico. Lo studente dovra' rispondere ad almeno 2-3 domande mediante dimostrazione pratica e esposizione teorica. 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.</p> <p>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 delle discipline oggetto di verifica, tanto piu' la valutazione sara' positiva. La valutazione avviene in trentesimi.</p>
OBIETTIVI FORMATIVI	<p>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 specialita' dell'atletica leggera; dall'altro di esercitare gli studenti all'apprendimento delle abilita' tecniche specifiche delle attivita' sportive praticate. Al termine del corso lo studente sara' in grado di eseguire i gesti tecnici, di applicare le metodologie di insegnamento piu' idonee, di conoscere le regole delle attivita' sportive praticate, di valutare correttamente la qualita' di esecuzione delle abilita' tecniche e di operare le opportune ed adeguate correzioni in ambito scolastico ed extrascolastico.</p>
ORGANIZZAZIONE DELLA DIDATTICA	Lezioni frontali , lezioni pratiche con esercitazioni
TESTI CONSIGLIATI	<p>Centro Studi e Ricerche: "Il Manuale dell'Istruttore di Atletica Leggera" Federazione italiana di Atletica Leggera;</p> <p>G. Polizzi, M. Giaccone: "Il mezzofondo prolungato", C.U.S. Palermo, 2006</p> <p>Regolamento della Federazione italiana di Atletica Leggera (FIDAL). Dispense del docente</p> <p>Gianfranco Gottardi : "Avviamento alla Ginnastica Artistica" – Societa' Stampa Sportiva, 2004</p> <ul style="list-style-type: none"> - Claudio Scotton, Daniela Senarega: Corso di ginnastica artistica - ediz. Libreria Cortina (Torino), 2012 - Dispense del docente

PROGRAMMA

ORE	Lezioni
1	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	Velocita' : 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.
2	lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui 100 metri p., 200 metri p., 400 metri p.
2	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sulle staffette 4x100 e 4x400 metri p.
2	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui 110 metri HS, 100 metri HS, 400 metri HS
4	lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sul salto in alto, salto in lungo, salto triplo

PROGRAMMA

ORE	Lezioni
4	lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sul getto del peso.
4	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui 800 metri, 1500 metri, 3000 siepi, 5000 metri, 10000 metri.
1	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
2	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sulle abilità di base della Ginnastica Artistica (tecnica- didattica-assistenza) e sul ponte, la staccata sagittale e frontale
2	lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui rotolamenti: capovolta avanti, capovolta indietro.
4	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui rotolamenti: capovolta indietro alla verticale, capovolta saltata, tuffo
4	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui rovesciamenti: verticale, ruota,
4	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui rovesciamenti: rovesciata avanti, rovesciata indietro
4	Lezioni pratiche ed esercitazioni didattiche e tecniche sui ribaltamenti: pre-salto, ruota spinta, rotonda