



Università degli Studi di Verona
Corso di Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive
A.A. 2014-2015

Programma del corso integrato di Tecniche e didattica degli sport di squadra	Docenti Bertinato Luciano Docenti tecnici Celebrano Fabio Tommasi Zaccaria Piscitelli francesco
---	---

Parte generale: La didattica negli sport di squadra

Parte specifica: Tecnica e didattica degli sport di squadra:

20 h lezioni aula

20 ore laboratorio

48 h esercitazioni 12 X 4 : Pallacanestro – Pallavolo – Rugby – Calcio a 5

OBIETTIVI FORMATIVI GENERALI DEL CORSO

Il corso consentirà allo studente di comprendere e fare propri gli strumenti necessari per condurre ed analizzare gli sport di squadra prendendo come modello diverse discipline.

Il programma concentra l'attenzione sulla conoscenza delle tipologie di programmazione e sull'analisi delle strategie, dei metodi e degli strumenti necessari per l'organizzazione e gestione di un piano di lavoro per le attività sportive di gruppo. Agli studenti verranno forniti gli strumenti necessari per operare nell'ambito dei sistemi di sviluppo delle:

- capacità condizionali;
- abilità specifiche delle diverse discipline sportive;
- abilità tattiche.

OBIETTIVI SPECIFICI DELL'APPRENDIMENTO

Al termine del corso lo studente dovrà essere in grado di:

- Realizzare una programmazione a breve, medio e lungo termine
- Utilizzare con competenza gli strumenti per la valutazione delle capacità e delle abilità motorie
- Scegliere e formulare gli obiettivi idonei
- Applicare le strategie (mezzi e metodi) adatte
- Organizzare l'ambiente operativo (tempo, spazio, attrezzature e strumenti)

PROGRAMMA DELL'INSEGNAMENTO

Struttura della programmazione a breve, medio e lungo termine

Strumenti per la valutazione iniziale, intermedia e finale delle capacità e delle abilità motorie

Scelta e formulazione degli obiettivi

Strategie (mezzi e metodi)

Organizzazione dell'ambiente operativo (tempo, spazio, attrezzature e strumenti)

Valutazione funzionale e test specifici
Fasi fondamentali della formazione sportiva
Impostazione della programmazione fisica nel settore giovanile
Potenza aerobica e allenamento del metabolismo aerobico
Flessibilità
Deficit posturali
Programmazione del lavoro di prevenzione
Muscoli dello strato profondo
Esercizi propriocettivi e di stabilizzazione
Rigenerazione
Enjoy yourself
The 11 (Prevention programme)
Screening
Overtraining
Riatletizzazione
Principi nutrizionali per l'atleta

ARGOMENTI DELLE LEZIONI (AULA)

1. Valutazione funzionale e test specifici.
2. Deficit posturali.
3. Muscoli dello strato profondo.
4. Esercizi propriocettivi e di stabilizzazione.
5. Flessibilità e Stretching.
6. Fasi fondamentali della formazione sportiva.
7. Impostazione della programmazione fisica nel settore giovanile.
8. Programmazione del lavoro di prevenzione.
9. Screening - Rigenerazione, prevenzione – Overtraining - Riatletizzazione.

ARGOMENTI DELLE LEZIONI (LABORATORIO)

1. Giochi che riproducono in maniera semplificata situazioni tipiche di alcuni sport di squadra evocando le strategie cognitive normalmente utilizzate per la percezione delle informazioni visive. Giochi sportivi modificati per:
 - consentire la partecipazione al gioco anche a chi non possiede un bagaglio tecnico elevato;
 - progressiva integrazione fra i limiti del gioco e le soluzioni adottate;
 - ricerca di soluzioni vantaggiose che permettono anche ai giocatori meno abili tecnicamente di partecipare efficacemente al gioco;
 - sviluppo dei processi decisionali;
 - adeguato utilizzo delle abilità tecniche possedute dagli allievi ed il loro eventuale sviluppo in rapporto all'aumento della complessità del gioco;
 - consentire il transfer delle strategie tattiche tra giochi.
2. Caratteristiche delle esercitazioni utilizzate nella fase di avvio della lezione o dell'allenamento (fase di attivazione).
3. Esercizi e giochi per la fase di attivazione: esercizi per stimolare la coordinazione delle funzioni visive semantiche e sensomotorie.
4. I giochi "pre-sportivi": esempi di giochi d'invasione.

5. I giochi "pre-sportivi": esempi di giochi di campo con e senza attrezzi.
6. Esercizi generali e specifici per lo sviluppo della rapidità.
7. Orthos Functional (Core training / Core stability).
8. Allenamento eccentrico.

Obiettivi del Corso

- Il Corso si propone di trasferire agli studenti le conoscenze di base sulle tecniche degli sport di squadra. Le discipline scelte rappresentano la continuazione delle esercitazioni del primo anno di corso: verranno utilizzate come mezzi per lo sviluppo di programmi di lavoro e di riflessioni sulle forme di valutazione. Saranno affrontate le diverse discipline confrontandone analogie e differenze in riferimento agli aspetti di "trasferibilità"; verranno trattati con particolare attenzione le prassi di conduzione delle attività, le tipologie di feedback, la correzione dell'errore, la valutazione. Il percorso si svolge attraverso l'impiego di strumenti, metodi e strategie per ottenere conoscenze ed abilità indispensabili per saper organizzare e gestire programmi e piani di lavoro in ambito giovanile e promozionale sportivo.

Tematiche del Corso

- Regolamenti federali degli sport trattati;
- Elementi della didattica generale applicata: organizzazione, conduzione, valutazione;
- Piano di lavoro e tecniche di conduzione;
- Progressioni didattiche di Basket - Volley – Rugby – Calcio a 5;
- L'errore e la sua correzione.
- I sistemi di valutazione della didattica.
 - - Le griglie e le schede di osservazione
 - - L'osservazione degli atleti
 - - La rilevazione attraverso Test

Laboratorio

- Ore dedicate alla progettazione di attività: lezioni tecniche – allenamenti – interventi di preparazione fisica – programmazione;
- Ore dedicate a laboratorio didattico: conduzione di piani di interventi tecnico-sportivi.

Esercitazioni

3/4 Moduli esercitativi sugli sport di squadra

Tirocini (vedi documento "tirocinio")

Sono associati al corso 2 crediti di tirocinio (50 ore) da svolgersi obbligatoriamente nelle sedi accreditate: i tirocini sono requisito per l'accesso all'esame conclusivo.

Modalità d'esame

- Prova scritta e pratica
- Presentazione degli elaborati di tirocinio

Preparazione all'esame:

- Appunti lezioni
- Materiali degli studenti inseriti in piattaforma online "Moodle": Spazio in piattaforma per l'inserimento delle progressioni didattiche in funzione dell'esame.

Testi base

- Testi tecnici delle Federazioni Nazionali

Testi di consultazione/approfondimento

- AAVV.: La valutazione nell'avviamento allo sport di - Società Stampa Sportiva.
- AAVV.: Valutazione della capacità motorie di base in età giovanile - S.d.S. - CONI 1980.
- DISPENZA A.: Educazione fisica nella scuola media superiore. Società Stampa Sportiva Roma 1995.
- DURIGON V. – ROBAZZA C.: "Autovalutazione e individualizzazione dell'insegnamento", in Movimento, 2, 1991, 73-79
- RINK J.: Teaching Physical education for learning. New York 2002, NY: Mc Grow-Hill.
- SCHMIDT R.A. – WRISBERG C.A.: Apprendimento motorio e prestazione. Società Stampa Sportiva Roma 2000.
- WEINECK J.: L'allenamento ottimale. Ed. Calzetti – Mariucci 2001
- Programma del corso integrato di Tecniche e didattica per gli sport di squadra a.a. 2009-2010
- Insegnamento Principi e tecniche per la preparazione fisica
- SSD M-EDF/02 – 2° anno corso curriculum base

Verona, 09.10.2014

prof. Luciano Bertinato