



TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DEGLI SPORT DI SQUADRA M - Z

10 CFU - 2° semestre

Docenti titolari dell'insegnamento

PAOLO MESSINA - Modulo INQUADRAMENTO GENERALE - M-EDF/02 - 2 CFU

Email: pm.messina@virgilio.it

Telefono: 0039 3476582436

Orario ricevimento: Su appuntamento

MARIO PULVIRENTI - Modulo CALCIO - M-EDF/02 - 2 CFU

Email: pulvirenti74@gmail.com

Telefono: 3701265738

GIUSEPPE PUGLISI - Modulo RUGBY - M-EDF/02 - 2 CFU

Email: pippopuglis@gmail.com

Edificio / Indirizzo: aula cus

Telefono: 3396503349

Orario ricevimento: previo app

LUCIANO GIUSEPPE ZAPPALA' - Modulo PALLAVOLO - M-EDF/02 - 2 CFU

GABRIELLA DI PIAZZA - Modulo PALLACANESTRO - M-EDF/02 - 2 CFU

Email: gabriella.dipiazza@virgilio.it

OBIETTIVI FORMATIVI

▪ INQUADRAMENTO GENERALE

Il corso intende fornire gli elementi fondamentali per l'insegnamento e la valutazione della tecnica e della tattica dei giochi sportivi di squadra

▪ CALCIO

Alla fine del corso l'allievo deve essere in grado di potersi inserire in una scuola calcio avendo la padronanza degli elementi di tecnica, tattica, preparazione fisica e psicologica.

▪ RUGBY

Monte ore: 18 ore delle quali 9 in aula e 9 in campo

Teoria (9 ore):

storia e nascita del rugby nel mondo ed in Italia

metodologia

obiettivi motori generali e speciali (Rugby) per categoria

Principi Fondamentali

costruzione degli esercizi

conoscenza del gioco e delle regole

sicurezza (anche per il Rugby in palestra)

regole fondamentali

regole complementari

quale obiettivo?

obiettivo SPORTIVO- EDUCATIVA

Pratica (9 ore):

Obiettivi per categoria

Progressione del Placcaggio

Gestione dell'avanzamento e del sostegno in funzione della continuità e del mantenimento dell'iniziativa

Gestione dell'avanzamento e del sostegno in funzione della capacità di gestione/occupazione dello spazio e del passaggio

Regole Complementari (regolamento e organizzazione)

Conduzione del gioco (da trattare insieme agli obiettivi per categoria)

Rugby in palestra

Capacità di osservazione

▪ **PALLAVOLO**

Conoscenza della metodologia didattico - pedagogica delle discipline sportive

Alla fine delle lezioni gli studenti: - conoscono i fondamentali della Pallavolo - metodologia - i principi fondamentali e la conoscenza delle regole di gioco - il modello prestativo delle categorie giovanili - La tattica -

▪ **PALLACANESTRO**

Sviluppare le competenze metodologiche e didattiche nell'ambito della disciplina Pallacanestro

MODALITÀ DI SVOLGIMENTO DELL'INSEGNAMENTO

▪ **INQUADRAMENTO GENERALE**

Lezioni teoriche frontali in aula con presentazioni in PowerPoint o in Keynote

▪ **CALCIO**

Didattica attiva: esecuzione diretta da parte di tutti gli studenti di attività tecnico-pratiche proposte dal docente.

▪ **RUGBY**

Didattica attiva: esecuzione diretta da parte di tutti gli studenti di attività tecnico-pratiche proposte dal docente.

▪ **PALLAVOLO**

Esercitazioni in palestra e lezioni teoriche

▪ **PALLACANESTRO**

Esercitazioni in palestra .

Lezioni frontali (introduzione degli obiettivi e tema della lezione con semplici indicazioni)

Utilizzo metodo esperienziale

Prove di tirocinio

PREREQUISITI RICHIESTI

▪ **INQUADRAMENTO GENERALE**

Propedeutiche come da regolamento

Prerequisites as per regulation

▪ **CALCIO**

Conoscenza della fisiologia dello sport, psicologia evolutiva.

▪ **RUGBY**

fisiologia

▪ **PALLAVOLO**

Frequenza alle lezioni

Aver superato l'esame di fisiologia

▪ **PALLACANESTRO**

Nessuno

FREQUENZA LEZIONI

▪ **INQUADRAMENTO GENERALE**

La frequenza è obbligatoria

Attendance is mandatory

▪ **CALCIO**

Obbligatoria.

▪ **RUGBY**

obbligatoria

▪ **PALLAVOLO**

La frequenza è obbligatoria, sia alle lezioni di pallavolo, che alle lezioni di inquadramento generale.

▪ **PALLACANESTRO**

Obbligatoria

CONTENUTI DEL CORSO

▪ **INQUADRAMENTO GENERALE**

Le competenze didattiche del tecnico sportivo. La programmazione delle attività: valutazione iniziale, obiettivi, contenuti, stili e metodi d'insegnamento. L'apprendimento delle abilità motorie. Il programma motorio e sistemi di controllo dei movimenti. La didattica: l'insegnamento delle tecniche. Le strategie di facilitazione. Il processo di osservazione nello sport. Il feedback. Allenamento per blocchi e random: l'interferenza contestuale. La sequenza didattica. Informazione e azione. Tempo di reazione e capacità decisionale. Tecnica sportiva e allenamento della tecnica. L'allenamento situazionale. La valutazione della tecnica sportiva. Attività cognitiva e formazione del giocatore. La formazione tecnico-tattica nei giochi sportivi. Strategia e tattica nello sport. Processi mentali, tattica e comportamenti di finta.

▪ **CALCIO**

Elementi di tecnica, tattica, e preparazione fisica al gioco del calcio.

▪ **RUGBY**

Monte ore: 18 ore delle quali 9 in aula e 9 in campo

Teoria (9 ore):

storia e nascita del rugby nel mondo ed in Italia

metodologia

obiettivi motori generali e speciali (Rugby) per categoria

Principi Fondamentali

costruzione degli esercizi

conoscenza del gioco e delle regole

sicurezza (anche per il Rugby in palestra)

regole fondamentali

regole complementari

quale obiettivo?

obiettivo SPORTIVO- EDUCATIVA

Pratica (9 ore):

Obiettivi per categoria

Progressione del Placcaggio

Gestione dell'avanzamento e del sostegno in funzione della continuità e del mantenimento dell'iniziativa

Gestione dell'avanzamento e del sostegno in funzione della capacità di gestione/occupazione dello spazio e del passaggio

Regole Complementari (regolamento e organizzazione)

Conduzione del gioco (da trattare insieme agli obiettivi per categoria)

Rugby in palestra

Capacità di osservazione

▪ **PALLAVOLO**

La progettazione del sistema pallavolo -classificazione della pallavolo tra le discipline sportive - cenni sulle problematiche per lo sviluppo dell'allenamento sportivo - pallavolo sport basato sul rimbalzo della palla - presupposti e conoscenze per lo sviluppo dell'allenamento sportivo - teoria dell'allenamento sportivo - presupposti per l'organizzazione del processo di allenamento - capacità del sistema motorio umano - sviluppo e accrescimento del giovane ed evoluzione del sistema motorio Stesura del programma di allenamento tecnico - costruzione di un protocollo di lavoro - principi nell'identificazione di un protocollo di allenamento tecnico Controllo e monitoraggio del sistema di allenamento - controllo dei parametri che descrivono il processo di allenamento - controllo della prestazione tecnico-tattica - valutazione della prestazione tecnico-tattica - controllo parametri organico-muscolare e funzionali Principi metodologici nell'organizzazione dell'attività giovanile - ruolo del tecnico nel settore giovanile e competenze prioritarie - principi della programmazione tecnica per le fasce d'età giovanili - principi metodologici nell'organizzazione del settore giovanile - cenni sul rapporto tra motricità e accrescimento Didattica delle tecniche di base - tecniche di spostamento - le caratteristiche dei movimenti generali e specifici della pallavolo - didattica del palleggio e identificazione delle attitudini dell'alzatore - didattica della battuta, del bagher, della difesa - didattica della schiacciata 1° e 2° linea, della copertura, del muro Didattica delle tecniche specialistiche e specializzazione - ruoli specializzati il centrale e le tecniche di muro Sistema di allenamento - la seduta di allenamento - allenamento dei fondamentali in forma analitica, sintetica e globale - allenamento delle tecniche di gioco e forme di esercitazione ottimale - esercizi analitici, sintetici e globali Esercitazioni pratiche

▪ **PALLACANESTRO**

-Caratteristiche del gioco, la formazione del giocatore, i fondamentali del gioco

Il Trattamento di palla ;lo sviluppo e potenziamento delle capacità senso -perceptive. Tecnica e didattica . Costruzione di piano di lavoro

-Esercizi e combinazioni motorie del gioco propedeutiche allo sviluppo dei fondamentali tecnici con e senza palla. : La posizione fondamentale , i cambi di velocità combinati ai cambi di direzione e senso; l'uso dei piedi ;i tagli e i perni. Tecnica e didattica . Costruzione del piano di lavoro

-Gli arresti e le partenze (incrociata, omologa). Esercizi di combinazione palleggio , arresto, giro passaggio. L'arresto dal palleggio e l'arresto dal passaggio.Tecnica e didattica

_il Tiro : Presa,meccanica , struttura , diversità di tiri, manualità del tiro . La precisione, l'attenzione, il punto di mira, la parabola.Tiri da fermo, in movimento in salto.

-Il Palleggio: Funzionalità del palleggio, tecnica e varietà . Da fermo, in movimento, in protezione.Cambi di mano , cambi di velocità, finte .

Tipologie di cambi di mano funzionali al gioco. Organizzazione di piani di allenamento .

- La presa ed il passaggio ; L 'uso delle mani , il punto di mira , la tipologia.

- La Difesa: la posizione , la tecnica , la velocità dei piedi .

-Uno contro uno senza palla .Esercizi per l'attacco ed esercizi per la difesa.

-Uno contro un con palla. Esercizi per l'attacco ed esercizi per la difesa

- Concetti di difesa lato forte e lato debole

-Semplici collaborazioni offensive e difensive

-

TESTI DI RIFERIMENTO

▪ **INQUADRAMENTO GENERALE**

Bifulco V., Messina P. M.; Allenare insegnando, BasketCoach.Net, 2018.

▪ **CALCIO**

IL CALCIO COME SCIENZA DEL MOVIMENTO

Publicazioni F.I.G.C.

▪ **RUGBY**

dispensa rilasciata dal docente

▪ **PALLAVOLO**

Manuale Allievo Allenatore – Primo livello giovanile Casa Editrice “Calzetti Mariucci” Sussidi forniti dal docente.

▪ PALLACANESTRO

V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando ed.Basket coach.net

ALTRO MATERIALE DIDATTICO

▪ INQUADRAMENTO GENERALE

Il docente fornirà al rappresentante degli studenti ulteriori appunti in formato pdf.

▪ CALCIO

Materiale didattico relativo al Calcio (palloni, cinesini, birilli, etc.)

▪ RUGBY

slide e video utilizzati durante le lezioni in aula

▪ PALLAVOLO

Slide con i contenuti delle lezioni proposte

Video sui fondamentali

Macth Analysis

PROGRAMMAZIONE DEL CORSO

INQUADRAMENTO GENERALE

Argomenti	Riferimenti testi
1 Metodologia dell'insegnamento della tecnica sportiva.	
2 Principi generali di tattica e strategia nei giochi sportivi	
3 L'apprendimento motorio	
4 Controllo motorio e capacità decisionali nei giochi sportivi	

CALCIO

Argomenti	Riferimenti testi
1 Prerequisiti per l'apprendimento della tecnica	IL CALCIO COME SCIENZA DEL MOVIMENTO
2 I fondamentali tecnici	IL CALCIO COME SCIENZA DEL MOVIMENTO
3 Conoscenze tattiche	IL CALCIO COME SCIENZA DEL MOVIMENTO

RUGBY

Argomenti**Riferimenti testi**

- 1 Teoria (9 ore): storia e nascita del rugby nel mondo ed in Italia metodologia obiettivi motori generali e speciali (Rugby) per categoria Principi Fondamentali costruzione degli esercizi conoscenza del gioco e delle regole sicurezza (anche per il Rugby in palestra) regole fondamentali regole complementari quale obiettivo? obiettivo SPORTIVO- EDUCATIVA Pratica (9 ore): Obiettivi per categoria Progressione del Placcaggio Gestione dell'avanzamento e del sostegno in funzione della sport

dispensa fornita dal docente

PALLAVOLO**Argomenti****Riferimenti testi**

- 1 La progettazione del sistema Pallavolo
- 2 Stesura di un programma di allenamento Tecnico
- 3 Controllo e monitoraggio del sistema pallavolo
- 4 Principi metodologici nell'organizzazione dell'attività giovanile
- 5 Didattica delle tecniche di base
- 6 Didattica delle tecniche specialistiche e specializzazione

PALLACANESTRO**Argomenti****Riferimenti testi**

- 1 Caratteristiche del gioco, la formazione del giocatore, i fondamentali del gioco
- 2 Il Trattamento di palla ;lo sviluppo e potenziamento delle capacità senso -percettive. Tecnica e didattica . Costruzione di piano di lavoro -Esercizi e combinazioni motorie del gioco propedeutiche allo sviluppo dei fondamentali tecnici con e senza palla. : La posizione fondamentale , i cambi di velocità combinati ai cambi di direzione e senso; l'uso dei piedi ;i tagli e i perni. Tecnica e didattica . Costruzione del piano di lavoro
- 3 -Gli arresti e le partenze (incrociata, omologa). Esercizi di combinazione palleggio , arresto, giro passaggio. L'arresto dal palleggio e l'arresto dal passaggio.Tecnica e didattica

V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pag- 26-44;46-92

V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pag 94.130

V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pag 131-153;183-202

4	_il Tiro : Presa,meccanica , struttura , diversità di tiri, manualità del tiro . La precisione, l'attenzione, il punto di mira, la parabola.Tiri da fermo, in movimento in salto. -Il Palleggio: Funzionalità del palleggio, tecnica e varietà . Da fermo, in movimento, in protezione.Cambi di mano , cambi di velocità, finte .	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pag.154-182;109-130
5	Tipologie di cambi di mano funzionali al gioco. Organizzazione di piani di allenamento . - La presa ed il passaggio ; L 'uso delle mani , il punto di mira , la tipologia.	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pag109-130;183-197
6	- La Difesa: la posizione , la tecnica , la velocità dei piedi .Prove pratiche	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pag344-359
7	Uno contro uno senza palla .Esercizi per l'attacco ed esercizi per la difesa. -Uno contro un con palla. Esercizi per l'attacco ed esercizi per la difesa	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pag203-231
8	- Concetti di difesa lato forte e lato debole -Semplici collaborazioni offensive e difensive	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando pg363- 392
9	prove pratiche	

VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO

MODALITÀ DI VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO

- **INQUADRAMENTO GENERALE**

Esame teorico

Theory test

- **CALCIO**

Test a risposta multipla

- **RUGBY**

compito scritto a risposta multipla

- **PALLAVOLO**

Test scritto a risposte multiple

Prove pratiche

- **PALLACANESTRO**

test a risposta multipla

ESEMPI DI DOMANDE E/O ESERCIZI FREQUENTI

- **INQUADRAMENTO GENERALE**

Differenza tra tattica e strategia; caratteristiche dell'allenamento situazionale; come si valuta la

tecnica sportiva.

▪ **CALCIO**

Caratteristiche specifiche del gesto tecnico;

Modalità di apprendimento di un gesto tecnico

▪ **RUGBY**

1. el rugby per segnare dei punti si deve segnare la meta portando la palla oltre la linea di meta o su questa schiacciaondola, quanti punti vale?

a. 5 punti più 2 di trasformazione

b. 4 punti più 2 di trasformazione

c. 5 punti

▪ **PALLAVOLO**

Descrizione di una progressione didattica, con esercizi propedeutici per l'insegnamento dei fondamentali e delle tecniche specifiche

Analisi tecnica di una esercitazione e relativa correzione

Analisi di una gara ed elementi tattici da valutare

▪ **PALLACANESTRO**

Caratteristiche del gioco

regole di tempo

tipologie di fallo

domande su fondamentali di attacco

domande su fondamentali di difesa
