



---

# 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

#### ▪ **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.

- **PALLACANESTRO**

Esercitazioni in palestra .

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

Utilizzo metodo esperienziale

Prove di tirocinio

Modlità n line con power point e video

## **PREREQUISITI RICHIESTI**

- **INQUADRAMENTO GENERALE**

Propedeutiche come da regolamento

Prerequisites as per regulation

- **CALCIO**

Conoscenza della fisiologia dello sport, psicologia evolutiva.

- **RUGBY**

fisiologia

- **PALLACANESTRO**

Nessuno

---

## **FREQUENZA LEZIONI**

- **INQUADRAMENTO GENERALE**

La frequenza è obbligatoria

Attendance is mandatory

- **CALCIO**

Obbligatoria.

- **RUGBY**

obbligatoria

- **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. L'elaborazione dell'informazione secondo la teoria dello schema di Schmidt. 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: allenamento di acquisizione e allenamento di applicazione. 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

## ▪ **PALLACANESTRO**

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

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

-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

▪ **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

▪ **PALLACANESTRO**

slide e video dei power point

---

## **PROGRAMMAZIONE DEL CORSO**

### **INQUADRAMENTO GENERALE**

<b>Argomenti</b>	<b>Riferimenti testi</b>
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	
5 Le competenze del tecnico sportivo	
6 La programmazione dell'allenamento	

### **CALCIO**

<b>Argomenti</b>	<b>Riferimenti testi</b>
1 Prerequisiti per l'apprendimento della tecnica	IL CALCIO COME SCIENZA DEL MOVIMENTO
2 I fondamentali tecnici	IL CALCIO COME SCIENZA DEL MOVIMENTO

---

**RUGBY**

<b>Argomenti</b>	<b>Riferimenti testi</b>
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

**PALLACANESTRO**

<b>Argomenti</b>	<b>Riferimenti testi</b>
1 Caratteristiche del gioco, la formazione del giocatore, i fondamentali del gioco	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando cap.II pag 26-44 cap.II pag 46-92.
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	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando cap.III pag94-130
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 cap.III pag131-153;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 154-182 ;109-130 ed.Basket coach.net
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 cap III pag.109-130;183-197
6 - La Difesa: la posizione , la tecnica , la velocità dei piedi .Prove pratiche	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando cap IV 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 cap.III pag 203-231

---

8 - Concetti di difesa lato forte e lato debole -Semplici collaborazioni offensive e difensive V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando cap.IV pag 344-359

---

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

- **PALLACANESTRO**

test a risposta multipla

interrogazioni orali

### 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 schiacciaandola, quanti punti vale?

a. 5 punti più 2 di trasformazione

b. 4 punti più 2 di trasformazione

c. 5 punti

- **PALLACANESTRO**



Caratteristiche del gioco

regole di tempo

tipologie di fallo

domande su fondamentali di attacco

domande su fondamentali di difesa

interrogazioni orali

---