



TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DEGLI SPORT DI SQUADRA A - L

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

SALVATORE BIANCHETTI - Modulo CALCIO - M-EDF/02 - 2 CFU

Email: salvobianchetti@yahoo.it

Edificio / Indirizzo: via San Nullo 5/r

Telefono: 3936900015

Orario ricevimento: Lunedì 10-11

ORAZIO ARANCIO - Modulo RUGBY - M-EDF/02 - 2 CFU

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

Il corso mira a formare degli Istruttori nell'avviamento al Calcio attraverso un nuovo metodo di insegnamento, il Metodo Integrato del Milan Academy.

▪ RUGBY

Alla fine del corso l'allievo deve essere in grado di acquisire la padronanza degli elementi di tecnica, tattica, preparazione fisica e psicologica relative al rugby.

▪ 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**

L'insegnamento è stato impartito online per disposizione degli organi competenti, in seguito al diffondersi del Covid19.

▪ **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

Modalità online con power point e video

PREREQUISITI RICHIESTI

▪ **INQUADRAMENTO GENERALE**

Propedeutiche come da regolamento

Prerequisites as per regulation

▪ **CALCIO**

iscrizione secondo anno

▪ **RUGBY**

Superamento dell'esame di 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**

settimanale

- **RUGBY**

La frequenza è 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. L'elaborazione dell'informazione secondo la teoria dello schema di Schmidt. Il programma motorio generalizzato e sistemi di controllo dei movimenti. L'approccio dinamico-ecologico. La pedagogia non lineare. L'approccio guidato dai vincoli. La metodologia Teaching Games for Understanding. 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. L'approccio centrato sul gioco: i modelli. Processi mentali, tattica e comportamenti di finta.

- **CALCIO**

Elementi di Tecnica, Tattica. Preparazione Motoria, Psicologia

- **RUGBY**

PROGRAMMA DEL CORSO di RUGBY PER STUDENTI DI SCIENZE MOTORIE

Corso di non meno di 18 ore con test finale

Monte ore: 18 ore (minimo) delle quali 6 in aula e 12 in campo

Agli studenti verrà fornito, in formato digitale, il supporto didattico redatto dalla Federazione Italiana Rugby che consta di tre parti:

Lezione 1

“Il Rugby, regole e principi di gioco”

Lezione 2

“Il ruolo dell’educatore e la missione”

Lezione 3

“Il movimento offensivo e difensivo”

Lezione 1

Metodologia

Obiettivi motori generali e speciali (Rugby) per categoria

Obiettivi per categoria dall’U6 al U14

Principi Fondamentali

Lezione 2

Costruzione degli esercizi e delle sedute di allenamento

Conoscenza del gioco e delle regole

sicurezza (anche per il Rugby in palestra)

regole fondamentali

regole complementari

Lezione 3

Progressione del Placcaggio

Principi Fondamentali (gestione dell'avanzamento e del sostegno in funzione della continuità e del mantenimento dell'iniziativa)

Regole Fondamentali (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 e arbitraggio (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 -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

▪ RUGBY

Dispensa in formato digitale redatti dalla Federazione Italiana Rugby, 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. Gli stessi appunti saranno disponibili sulla piattaforma di Microsoft Teams

▪ CALCIO

video e immagini

▪ RUGBY

Slide e video utilizzati durante le lezioni in aula.

▪ PALLAVOLO

Slide con i contenuti delle lezioni proposte

Video sui fondamentali

Math Analysis

▪ **PALLACANESTRO**

slide e video dei power point

PROGRAMMAZIONE DEL CORSO

INQUADRAMENTO GENERALE

Argomenti	Riferimenti testi
1	Principi di metodologia dell'insegnamento sportivo.
2	Le competenze del tecnico sportivo
3	La programmazione dell'allenamento
4	Le abilità nello sport
5	Controllo motorio e capacità decisionali nei giochi sportivi
6	L'apprendimento motorio
7	La pedagogia non lineare
8	La manipolazione dei vincoli
9	Principi generali di tattica e strategia nei giochi sportivi
10	L'allenamento della tecnica sportiva
11	L'approccio centrato sul gioco
12	I comportamenti di finta

CALCIO

Argomenti	Riferimenti testi
1	La Tattica
2	La Preparazione Fisica
3	La Psicologia nel Calcio
4	La Tecnica

RUGBY

Argomenti	Riferimenti testi
1 Lezione 1 Metodologia Obiettivi motori generali e speciali (Rugby) per categoria Obiettivi per categoria dall'U6 al U14 Principi Fondamentali	
2 Lezione 2 Costruzione degli esercizi e delle sedute di allenamento Conoscenza del gioco e delle regole sicurezza (anche per il Rugby in palestra) regole fondamentali regole complementari	
3 Lezione 3 Progressione del Placcaggio Principi Fondamentali (gestione dell'avanzamento e del sostegno in funzione della continuità e del mantenimento dell'iniziativa) Regole Fondamentali (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 e arbitraggio (da trattare insieme agli obiettivi per categoria) Rugby in palestra Capacità di osservazione	

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	V. Bifulco- P.M.Messina - Allenare Insegnando capII 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

A fine lezione un allievo riassume quanto detto.

▪ RUGBY

Esami orali e test pratici.

▪ PALLAVOLO

Test scritto a risposte multiple

Prove pratiche

▪ 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**

Come sopra

▪ **RUGBY**

Storia e nascita del rugby nel mondo ed in Italia

Metodologia obiettivi motori generali e speciali

Regole fondamentali

Progressione del Placcaggio

Organizzazione linea difensiva e di attacco

▪ **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

interrogazione orale
