



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ENNA "KORE"

Facoltà di Scienze dell'uomo e della società

Denominazione della disciplina			METODI E DIDATTICHE DELLE ATTIVITA' SPORTIVE I	
A. A.	2013/2014	Docente	Prof. Mario Lipoma	
Email	mario.lipoma@unikore.it		Ricevimento	Su appuntamento via e-mail, tutti i lunedì lavorativi secondo il seguente schema: ore 10-11 studenti lavoratori; ore 11-12 altri studenti.

SSD	M-EDF/02	CFU	10+2 (Laboratori)	Ore in aula	60+24 (Laboratori)	Ore di studio	190	
Tipologia insegnamento		Di base		Giorni e orari delle lezioni		Marzo – Aprile – Maggio: Lunedì 9:00-12:00 e Martedì 9:00-12:00		
Anno	I	Semestre	II		Sede delle lezioni			Facoltà di Scienze dell'uomo e della società

Prerequisiti	Nessuno	Propedeuticità	Nessuna
Obiettivi formativi	<p>A conclusione del corso lo studente deve conoscere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La funzione delle capacità motorie nello sport; • I principi dell'allenamento e i concetti di base della metodologia dell'allenamento; • I fondamenti della prestazione sportiva; • I metodi di valutazione della prestazione; • I principi di base della performance analysis; • L'organizzazione dello sport nazionale ed internazionale; • Il mental training e le competenze dell'allenatore; • Le classificazioni degli sport; • La storia delle olimpiadi e il loro rapporto con lo sport moderno; • Competenze specifiche relative alle attività laboratoriali alle quali ha preso parte. 		
Contenuti del Programma	<ol style="list-style-type: none"> 1) Presentazione programma. 2) I profili di competenza nello sport. 3) Le capacità motorie nello sport. 4) Lo sviluppo delle abilità sportive. 5) La prestazione sportiva. 6) Mezzi e metodi per lo sviluppo della prestazione sportiva. 7) La valutazione dell'atleta e dell'allenamento. 8) L'allenamento. 9) Organizzazione e periodizzazione dell'allenamento. 10) Metodologia dell'allenamento e degli sport individuali. 11) Metodologia dell'allenamento degli sport di squadra. 12) Mental training. 13) La performances analysis. 14) La classificazione dello sport. 15) L'organizzazione dello sport nazionale ed internazionale. 16) Le Olimpiadi antiche e moderne. 		

Metodologia didattica	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lezioni frontali. ➤ Esercitazioni in aula. ➤ Attività pratiche in palestra.
Risultati attesi	<ul style="list-style-type: none"> • Conoscenza dei principi, dei concetti, delle metodologie e delle tecniche connesse agli argomenti oggetto di studio e di approfondimento. • Applicazione delle conoscenze acquisite in ambito sportivo, come collegamenti tra i contesti teorici generali e il personale progetto professionale. • Capacità critiche per il riutilizzo dei contenuti in forma personale e per reinterpretare la realtà in base alle nuove conoscenze acquisite. • Abilità comunicative nell'esposizione dei contenuti e nei collegamenti interdisciplinari. • Capacità di apprendimento di nuovi modelli teorici e di competenze per declinarli nei profili professionali che emergono dal percorso formativo.
Modalità di valutazione	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Prova scritta e orale. Voto in trentesimi.
Testi adottati	<ul style="list-style-type: none"> • Platonov V., <i>L'organizzazione dell'allenamento e dell'attività di gara</i>, Calzetti e Mariucci, Perugia 2004. • Hughes M., Lipoma M., Sibilio M., (A cura di), <i>La Performance Analysis: Elementi di base ed aspetti applicativi in campo educativo ed integrativo</i>. Franco Angeli, Milano 2010. • Robazza C., Bortoli L., Gramaccioni G., <i>La preparazione mentale nello sport</i>, Ed. Pozzi, Roma 1994.