



# Università degli Studi di Enna "Kore"

## Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società

Anno Accademico 2019 – 2020

A.A.	Settore Scientifico Disciplinare	CFU	Insegnamento	Ore di aula	Mutuazione			
2019/20	M-EDF/01 - Metodi e didattiche delle attività motorie	9	Attività motorie per il benessere psico-fisico	36+24	No			
Classe	Corso di studi		Tipologia di insegnamento	Anno di corso e Periodo	Sede delle lezioni			
L-M 67	SCIENZE E TECNICHE DELLE ATT. PREVENTIVE E ADATTATE		Di base e caratterizzante	II Anno Secondo Semestre	PLESSO B - UNIKORE			
N° Modulo	Nome Modulo	Tipologia lezioni	Ore	Docente e Email	SSD	Ruolo	Interno	Affidamento
1	Attività motorie per il benessere psico-fisico	Lezioni frontali	36	Donatella Di Corrado E-mail: donatella.dicorrado@unikore.it	M-EDF/01	PA	Si	Istituzionale
2	Laboratori -Attività motoria e terza età -Attività motoria ed età infantile -Attività motorie ed età adulta	Laboratori esterni (3 CFU di 8h ciascuno) (uno a scelta dello studente)	24				No	Contratto esperti esterni

### Prerequisiti

Nessuno.

### Propedeuticità

Si – vedi tabelle.

### Obiettivi formativi

Alla fine del corso, lo studente dovrà dimostrare di avere acquisito conoscenze e competenze in relazione ai seguenti obiettivi specifici:



## Università degli Studi di Enna "Kore"

### Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società

- lo sviluppo motorio che si verifica in età evolutiva;
- i tipi di movimento, l'organizzazione didattica ed i metodi di programmazione delle attività motorie in età evolutiva;
- le modifiche della funzione dei diversi organi ed apparati durante l'età adulta ed anziana e del ruolo dell'esercizio fisico nel rallentare queste modifiche e nel prevenire le principali affezioni legate all'età. In particolare, vengono fornite le informazioni necessarie per comprendere come svolgere l'attività sportiva o motoria nel soggetto adulto ed anziano, sia sano che affetto da malattie tipiche di queste età, sia nella disabilità.

### Risultati di apprendimento (Descrittori di Dublino):

Alla fine del corso, gli studenti dovranno aver conseguito le seguenti abilità, conoscenze e competenze:

**Conoscenza e capacità di comprensione (knowledge and understanding):** Lo studente dovrà dimostrare di avere acquisito solide conoscenze in riferimento alle conoscenze degli adattamenti funzionali e strutturali dei diversi organi ed apparati all'esercizio fisico e delle modalità di esecuzione ed insegnamento dei gesti motori nelle diverse età.

**Conoscenza e capacità di comprensione applicate (applying knowledge and understanding):** Lo studente dovrà essere in grado di applicare nella pratica il sapere acquisito circa gli specifici effetti dell'esercizio fisico e delle attività motorie sui diversi organi ed apparati nelle diverse età, nei diversi settori d'intervento (scolastico, adattato alle condizioni di disabilità, sportivo, igienico - salutistico, ecc.).

**Autonomia di giudizio (making judgements):** Sulla base dei saperi acquisiti, lo studente dovrà essere in grado di approfondire in maniera autonoma le indicazioni e le controindicazioni all'esercizio fisico ed alle attività motorie nelle diverse età dimostrando capacità critico-scientifiche, esercitando la capacità di rielaborazione critica, attraverso percorsi riflessione personale, al fine di padroneggiare, nelle diverse situazioni dinamiche, le capacità di scelta e di applicazione di tecniche e di metodologie delle attività motorie.

**Abilità comunicative (communication skills):** Lo studente dovrà essere in grado di esprimere in modo pertinente, chiaro e compiuto le conoscenze acquisite, mostrando padronanza della terminologia tecnica inerente al campo delle attività motorie nelle diverse età.

**Capacità di apprendere (learning skills):** Lo studente sarà in grado di affinare la propria metodologia di studio attraverso la rielaborazione dei contenuti presentati in aula (fondamenti di teoria, metodologia e didattica del movimento umano, analisi delle indicazioni e delle controindicazioni all'esercizio fisico ed alle attività motorie nelle diverse età) e l'approfondimento attraverso lo studio autonomo.

### Contenuti e struttura del corso

#### Lezioni frontali:

N.	ARGOMENTO	TIPOLOGIA	DURATA
1	Presentazione del corso, contenuti del programma e modalità d'esame.	Frontale	3h
2	Il Movimento e la crescita; Evoluzione degli schemi posturali e motori	Frontale	3h
3	Attività fisica durante l'infanzia e l'adolescenza	Frontale	3h
4	Nozioni generali sulle modifiche dei vari apparati con l'età adulta e anziana, e nella disabilità	Frontale	3h



**Università degli Studi di Enna “Kore”**  
**Facoltà di Scienze dell’Uomo e della Società**

5	<i>Esercizio fisico ed evoluzioni ormonali con l'età adulta ed anziana</i>	Frontale	3h
6	<i>Esercizio fisico ed evoluzioni muscolo-scheletrici con l'età</i>	Frontale	3h
7	<i>Esercizio fisico ed evoluzioni cardiovascolari con l'età</i>	Frontale	3h
8	<i>Esercizi per sviluppare le capacità senso-percettive nella disabilità</i>	Frontale	3h
9	<i>Esercizi per gli schemi posturali</i>	Frontale	3h
10	<i>Stile di vita attivo e qualità della vita</i>	Frontale	3h
11	<i>Attività ludica per le persone anziane</i>	Frontale	3h
12	<i>Organizzazione di un programma di modifica dello stile di vita</i>	Frontale	3h
13	<i>La ginnastica in acqua nei soggetti anziani; Attività in musica</i>	Frontale	3h
14	<i>Promozione dell'attività fisica</i>	Frontale	3h

**Didattica esercitativa:**

Esercitazioni di studio e ricerche su una delle seguenti discipline sportive a scelta, per 3 CFU (1 CFU = 6h).

Le caratteristiche e i contenuti di questi itinerari informativi e formativi saranno oggetto di incontri e scambio di materiali con il docente ed eventuali esperti invitati, utilizzando la piattaforma UnikoreFAD, secondo lo specifico calendario pubblicato ad integrazione di quello ordinario delle lezioni.

Rimangono invariate le opzioni già effettuate dalle studentesse e dagli studenti prima della fase emergenziale e, pertanto, la didattica esercitativa riguarderà:

-Attività motoria e terza età 18h

-Attività motoria ed età adulta 18h

Come già comunicato, la scelta di almeno una delle attività proposte è obbligatoria per l'ammissione agli esami;

La scelta va dichiarata alla Segreteria studenti.

Per l'eccezionalità della situazione, studentesse e studenti che ancora non l'avessero fatta, possono rivolgersi alla Segreteria del Corso di Laurea.

**Testi adottati**

**Testi principali:** Macchi Claudio (2012). Teoria tecnica e didattica dell'attività motoria adulto-anziano. Editore Masterbooks (esclusi i capitoli 3 e 4).

**Materiale didattico a disposizione degli studenti:** Dispense ed articoli che troverete nel sito unikore all'interno del corso Scienze e tecniche dell'attività motorie preventive e adattate cliccando sulla voce “Persone/Docenti del corso” → Prof. Donatella Di Corrado; cliccando su Documenti apparirà la sezione con tutti i file che il docente mette a disposizione per gli studenti.



**Università degli Studi di Enna "Kore"**  
**Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società**

## **Modalità di accertamento delle competenze**

L'accertamento delle conoscenze e delle competenze apprese dagli allievi, così come declinate nei descrittori di Dublino precedentemente indicati, avverrà attraverso una prova orale e sarà finalizzata a valutare conoscenze, competenze, capacità di riflessione autonoma, di esposizione e di rielaborazione critica dello studente. Il colloquio avrà come oggetto l'intero programma del corso (è da intendersi intero programma: il contenuto dei testi principali e del materiale a cura del docente come specificato alla voce TESTI ADOTTATI). L'esame comincerà con una discussione su un tema generale propedeutico all'acquisizione, da parte del docente, della conoscenza dello studente sull'inquadramento generale della disciplina (fondamenti di teoria, metodologia e didattica del movimento umano, analisi delle indicazioni e delle controindicazioni all'esercizio fisico ed alle attività motorie nelle diverse età). Il superamento di questa parte di programma sarà indispensabile pre-requisito per poter procedere con la valutazione della restante parte del programma. Altresì, la valutazione riguarderà anche i contenuti del programma relativo al laboratorio esterno. La valutazione della prova sarà espressa in trentesimi e si riterrà superata solo al raggiungimento della soglia di diciotto/trentesimi (18/30). Nel dettaglio, la prova sarà superata, quando lo studente dimostrerà una sufficiente acquisizione dei fondamenti di teoria, metodologia e didattica del movimento umano e una sufficiente capacità di comunicazione dell'analisi dell'esercizio fisico e delle attività motorie nelle diverse età.

## **Orari di lezione e date di esame**

Gli orari di lezione saranno pubblicati sulla pagina web del corso di laurea:

<https://www.unikore.it/index.php/it/sc-tecniche-prev-adattate-attivita-didattiche/calendario-lezioni>

Le date di esami saranno pubblicati sulla pagina web del corso di laurea almeno due mesi prima dell'inizio della sessione d'esami:

<https://www.unikore.it/index.php/it/scienze-motorie-magistrale-esami-2/calendario-esami>

## **Modalità e orari di ricevimento**

Gli orari di ricevimento saranno pubblicati sulla pagina personale del docente:

<http://www.unikore.it/index.php>

È necessario, ad ogni modo, chiedere prima un appuntamento inviando una e-mail direttamente alla prof.ssa Di Corrado.