

Principali informazioni sull'insegnamento	
Titolo insegnamento	Teoria, Tecnica e Didattica della Pallacanestro
Corso di studio	Corso di laurea in Scienze delle Attività Motorie e Sportive
Crediti formativi	5 CFU
Denominazione inglese	Theory, Technique and Teaching of Basketball
Obbligo di frequenza	SI
Lingua di erogazione	Italiano

Docente responsabile	Mario	Buccoliero

Dettaglio credi formativi	Ambito disciplinare	SSD	Crediti
	M-EDF/BA02	M-EDF/BA02	5

Modalità di erogazione	
Periodo di erogazione	2 ^a semestre
Anno di corso	3 ^a anno
Modalità di erogazione	Pratica/teorica

Organizzazione della didattica	
Ore totali	100
Ore di corso	50
Ore di studio individuale	50

Calendario	
Inizio attività didattiche	Marzo 2019
Fine attività didattiche	Giugno 2019

Syllabus	
Prerequisiti	
Risultati di apprendimento previsti	<p>Al termine del corso lo studente dovrà dimostrare di avere acquisito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conoscenza dei fondamentali individuali della pallacanestro; - Conoscenza dei fondamentali di squadra della pallacanestro; - Conoscenza del gioco di squadra nella pallacanestro; - Conoscenza delle procedure da attivare in sede di programmazione didattica. <p>- conoscenza e la comprensione degli specifici modelli di prestazione nelle diverse fasce di età e sesso.</p> <p>Sarà inoltre in grado di elaborare delle semplici Progressioni Didattiche mirate all'apprendimento dei fondamentali individuali e procedere ad una elaborazione schematica di una semplice Unità Didattica nell'ambito della programmazione didattica.</p>

<p>Contenuti di insegnamento</p>	<p>Regolamento Tecnico: il campo di gioco, le regole, ruoli e posizioni in campo). La storia, dalle origini ai giorni nostri. Il gioco: obiettivi. Le regole. I numeri della pallacanestro. Materiali e attrezzature. I ruoli. I principali fondamentali del gioco. Insegnare la pallacanestro a scuola: conoscenze e competenze.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il ball-handling <i>Educare e sviluppare, con l'uso dell'attrezzo palla (anche di varie dimensioni/pesi), gli schemi motori e posturali: camminare, correre, saltare, spingere, trasportare, lanciare e afferrare (presa-ricezione).</i> <i>Educare e sviluppare le capacità e abilità motorie:</i> <ul style="list-style-type: none"> - condizionali (forza, resistenza, rapidità, mobilità articolare); - coordinative (combinazione motoria, equilibrio, orientamento spazio/temporale, differenziazione spazio temporale, differenziazione dinamica, anticipazione). • Il palleggio <i>A cosa serve:</i> <ul style="list-style-type: none"> - andare in contropiede - trasferirsi sul campo - battere l'avversario - migliorare l'angolo di passaggio - uscire da una situazione di pericolo - dare inizio ad un gioco organizzato <i>Tipi di palleggio:</i> <ul style="list-style-type: none"> - veloce - protetto <i>Movimenti connessi al palleggio:</i> <ul style="list-style-type: none"> - cambio di velocità - cambio di senso - cambio di direzione - cambio di mano frontale - cambio di mano fra le gambe - cambio di mano dietro la schiena - giro in palleggio (virata) - arretramento - spostamento laterale in palleggio - finte di cambio di mano - esitazione in palleggio • Arresti e partenze <i>Il collegamento con gli altri fondamentali : ricezione e arresto; partenza e palleggio; palleggio e arresto. Uso del piede perno</i> <i>Gli arresti, rispetto all' <u>esecuzione</u> si distinguono in:</i> <ul style="list-style-type: none"> - arresto ad un tempo - arresto a due tempi <i>Rispetto alla <u>situazione</u> gli arresti si distinguono in:</i> <ul style="list-style-type: none"> - arresto dopo il palleggio
----------------------------------	---

- arresto in seguito alla ricezione della palla.

Le partenze si distinguono in:

- partenza incrociata
- partenza omologa (stessa mano, stesso piede)

- **Il tiro**

- Principali aspetti: meccanica, equilibrio, coordinazione, forza, punto di mira, parabola
- esecuzione: presa e posizione della palla, posizione del corpo, movimento e rilascio della palla
- tipi di tiro: il tiro da fermo, il tiro in elevazione, il tiro in sospensione, il tiro in corsa (terzo tempo)

- **Il passaggio**

- ✓ *Ricezione e presa della palla*
- ✓ *Passaggio a due mani:*
 - dal petto
 - battuto a terra
 - sopra la testa
 - laterale
- ✓ *Passaggio ad una mano:*
 - laterale (con passo incrociato o diretto)
 - dal palleggio
 - consegnato
 - baseball

- **Movimenti offensivi senza palla**

- corsa cestistica
- cambi di velocità
- cambi di direzione
- cambi di senso
- arresti

- **Movimenti difensivi**

- Posizione del corpo, equilibrio
- posizione difensiva delle mani
- scivolamenti laterali
- scivolamenti zig-zag
- in arretramento e in avanzamento
- giro, corsa e ritorno

- **Il gioco 1 c 1 in attacco con palla** (con particolare riferimento a quello fronte a canestro, dal palleggio e dalle partenze)

- acquisire, mantenere e concretizzare un vantaggio
- leggere la distanza dal difensore
- leggere la distanza dal canestro
- scelta delle linee di penetrazione
- scelta delle soluzioni

Programma	
Testi di riferimento	In via di definizione
Note ai testi di riferimento	Verrà data successiva comunicazione alla Segreteria Didattica
Metodi didattici	Lezioni frontali con proiezione di diapositive in formato ppt. Lezioni pratiche con dimostrazioni ed esercitazioni
Metodi di valutazione	Prova pratica, orale e/o scritta
Criteri di valutazione	<p>I risultati attesi saranno:</p> <p>A) Conoscenza</p> <ul style="list-style-type: none"> - fondamentali individuali di attacco con palla - fondamentali individuali di attacco senza palla - fondamentali individuali di difesa <p>B) Competenza</p> <ul style="list-style-type: none"> - capacità di elaborare una progressione didattica di un fondamentale assegnato - gestione del gruppo durante la progressione (organizzazione, correzioni e scelta degli esercizi)
Altro	<p>Giornata, ora e sede di ricevimento per lo studente:</p> <p>VENERDI', al termine delle lezioni, previo appuntamento da prendere via mail con il Docente, all'indirizzo: mariobuk@libero.it</p>