

Corso Integrato: ATTIVITA' SPORTIVE DI SQUADRA

Insegnamento **TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DEL CALCIO**

La Pallacanestro: è uno sport di situazione

Obiettivi della teoria del gioco sportivo. Relazione tra movimento, interazione con ambiente e gioco sportivo; il sistema sensoriale come filtro di percezione.

Il gioco come strategia di apprendimento e concetto di anticipazione motoria.

Interazione tra insegnante e atleta.

Obiettivi del laboratorio didattico.

Conoscere il gioco.

Analisi della definizione "fondamentali di gioco".

- Palleggio
- Passaggio
- Tiro
- Terzo tempo

Analisi e situazione propedeutica della didattica.

Timing and spacing

1 vs1 (individuale)

2vs2 (il passaggio , l'appoggio, la cooperazione)

3vs3 (Il completamento degli spazi di gioco)

4vs4

5vs5

Movimenti di attacco e di difesa nel 5 vs 5.

Regolamento: Aspetti energetici delle esercitazioni

Insegnamento **TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DEL CALCIO**

3 anno, 2 semestre

Docente: **Consalvo Acella**

gonzalves@libero.it

N CFU 5

Modalità di erogazione

Lezioni frontali, di gruppo a squadre, sul campo ed in aula con uso di sussidi audiovisivi, attrezzi tecnici.

Programma

Metodologia dell'allenamento: specificità nel gioco del calcio.

Metodi di valutazione: metodi e test di valutazione generici e specifici del calcio.

La classificazione delle capacità motorie:

- Definizione delle Capacità Coordinative e loro classificazione: Capacità generali e specifiche.
- Definizione delle Capacità Condizionali.
- Rapporti tra capacità, abilità motorie e tecniche sportive.
- Evoluzione delle capacità e concetto di fasi sensibili per la pianificazione dell'allenamento.

Principi generali di tecnica e tattica: Tattica di gioco e di reparto.

Small sides games: 2contro2, 3contro3, 4contro4, 5contro5 fino a partitelle a tema.

Principi generali di tecnica:

La padronanza e dominio della palla.

Tecnica calcistica.

Calciare la palla.

Il Passaggio.

Il tiro in porta.

Il colpo di testa.

Ricezione della palla.

Guida e conduzione della palla.

Finta e dribbling.

Il contrasto (Tackle).

Il portiere.

Sistemi di gioco e loro evoluzione

5-3-2

4-3-3

4-2-4

4-4-2

Regolamenti di gioco

Il calcio giovanile.

Scuole calcio.

Centri calcistici.

Attività di base e scolastica.

Testi per l'esame

COMUNICATO UFFICIALE N°1 2016/2017

LA DIDATTICA DEL GIOCO DEL CALCIO ED Correre Accame Ferretti

L'ALLENAMENTO FISICO NEL CALCIO ED Correre Ferretti

VALUTAZIONE MOTORIA E ALLENAMENTO DEL GIOVANE CALCIATORE, ANALIZZATORI E ABILITA' Moretti-Vergine-Quarto WIP edizioni

GUIDA TECNICA FIGC SGS S.D'Ottavio

DISPENSE DEL DOCENTE

VIDEO DVD

REGOLAMENTI TECNICI, ARBITRALI e NOIF

Obiettivi del corso:

Quali capacità fisiche e psichiche richiede il gioco del calcio? In quale modo possiamo individuare nel giovane, il calciatore del futuro e come possiamo rilevare quali saranno a breve, medio e lungo termine, le capacità prestative dell'individuo, riferite al gioco del calcio? Questi saranno i

principali obiettivi da raggiungere nelle 50 ore di lezioni teorico-pratiche che formano il modulo calcio. Inoltre saranno affrontate anche le tematiche tecniche, tattiche e regolamentari proprie di questo sport.

Risultati dell'apprendimento

Acquisizioni di competenze didattiche, tecnico, tattiche, regolamentari.

Apprendimento di una terminologia scientifico-sportiva spendibile nel mondo del lavoro.

Organizzazione della Didattica

Campo di gioco con utilizzo degli attrezzi specifici di questo gioco.

Sala conferenze con uso del Pc e dei sussidi audiovisivi.

Modalità di frequenza

Obbligatoria come previsto dall'ordinamento del Corso di Laurea.

Metodo di valutazione

Prova tecnica e attitudinale.

Esposizione frontale anche con discussione di una tesina realizzata dallo studente.

Il Docente

Consalvo Acella

TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DELLA PALLAVOLO

a.a. 2016 – 2017

Anno di Corso: Terzo

Semestre: Secondo

Docente: Giuseppe Marino email: peppe1957@libero.it (20 ore)

Docente: Pierluigi Zambetta e-mail pierozambetta@libero.it (30 ore)

Obiettivi:

- Conoscere le caratteristiche del gioco della pallavolo e il regolamento tecnico.
- Conoscere il significato di esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico-tattico.
- Conoscere le tecniche dei fondamentali individuali di gioco e le metodologie di insegnamento degli stessi.
- Saper costruire un piano giornaliero, settimanale ed annuale di lavoro per lo sviluppo di qualità tecniche e condizionali.
- Conoscere i moduli di gioco 3-1-2 e 3-2-1 con le loro variabili.
- Essere in grado di sviluppare i moduli di gioco conosciuti sia in fase ricezione-punto che in fase battuta-punto.
- Saper applicare elementi di tattica al modulo di gioco conosciuto.

- Essere in grado di costruire esercitazioni sintetiche-globali ad obiettivo ed a punteggio speciale.
- sviluppare le capacità tecnico-esecutive degli studenti;
- verificare la capacità di utilizzare protocolli di lavoro tecnici, tattici e di preparazione fisica;
- verificare la capacità di analizzare e gestire l'utilizzo di un sistema di gioco;

Argomenti:

1. Introduzione al corso di laurea
2. Il campo di gioco, dimensioni e suddivisione in zone
3. Caratteristiche specifiche del gioco della Pallavolo: Concetto di "sport di situazione" - Concetto di "gioco sportivo di squadra".
4. Lo sviluppo delle capacità fisiche nella pallavolo: Capacità organico-muscolari e coordinative e loro sviluppo - Concetto di "abilità motoria".
5. Metodologia dell'insegnamento della tecnica: l'esercizio analitico, sintetico e globale nel sistema di allenamento tecnico – tattico
6. Principi della programmazione tecnica per le fasce d'età giovanili: Under 14: la didattica - Under 16: identificazione del ruolo - Under 18: allenamento specialistico per lo sviluppo del ruolo e allenamento situazionale.
7. Le caratteristiche dei movimenti generali e specifici della pallavolo: Lanci e prese - Accelerazione e decelerazione - Lateralizzazione - La traiettoria della palla - Lettura, interpretazione ed anticipazione dell'ambiente (la palla, la gestualità dei compagni e la gestualità degli avversari)
8. I fondamentali tecnici individuali: il palleggio
 - 8.1. Tecnica del palleggio
 - 8.2. Didattica del palleggio
 - 8.3. Errori comuni
9. I fondamentali tecnici individuali: il bagher
 - 9.1. Tipologia di bagher: frontale, laterale, angolare, in dietro
 - 9.2. Tecnica del bagher
 - 9.3. Didattica del bagher
 - 9.4. Errori comuni
10. Collegamento palleggio-bagher
 - 10.1. Esercitazioni in coppia
 - 10.2. Esercitazioni a terzine
 - 10.3. Esercitazioni in situazioni di campo
11. Evoluzione tecnica e situazionale del bagher
 - 11.1. Bagher di appoggio
 - 11.2. Bagher di ricezione
12. I fondamentali tecnici individuali: la battuta
 - 12.1. Tipologia di battuta: dal basso, dall'alto float e in salto
 - 12.2. Tecnica della battuta
 - 12.3. Didattica della battuta
 - 12.4. Errori comuni
13. Collegamento battuta-ricezione
 - 13.1. Esercitazioni in coppia
 - 13.2. Esercitazioni a terzine

- 13.3. Esercitazioni in situazioni di campo
- 14. I fondamentali tecnici individuali: l'attacco
 - 14.1. Tipologia di attacco: terzo tempo, il secondo tempo e il primo tempo di attacco
 - 14.2. Tecnica dell'attacco di terzo tempo
 - 14.3. Didattica dell'attacco di terzo tempo
 - 14.4. Errori comuni
- 15. I fondamentali tecnici individuali: la difesa
 - 15.1. Tipologia di difesa: difesa di attacchi vicino la figura, difesa di attacchi lontano dalla figura
 - 15.2. Tecnica della difesa
 - 15.3. Didattica della difesa
 - 15.4. Errori comuni
- 16. I fondamentali tecnici individuali: il muro
 - 16.1. Tipologia di muro: muro singolo e doppio, tecniche di spostamento
 - 16.2. Tecnica del muro
 - 16.3. Didattica del muro
 - 16.4. Errori comuni
- 17. Collegamento attacco-muro-difesa
 - 17.1. Metodologia di lavoro: esercizi sintetici e globali
- 18. Moduli di gioco: il 3-1-2
 - 18.1. Ricezione a 5 giocatori con alzatore a turno (alzatore in zona 3)
 - 18.2. Sviluppo del modulo in fase ricezione-punto e in fase battuta-punto (muro singolo)
- 19. Moduli di gioco: il 3-2-1
 - 19.1. Ricezione a 4 giocatori con 2 alzatori e 4 schiacciatori (alzatore in zona 2 con cambio d'ala)
 - 19.2. Sviluppo del modulo in fase ricezione-punto e introduzione nel sistema di ricezione dell'attacco di primo tempo
 - 19.3. Sviluppo del modulo in fase battuta-punto (muro a due)
 - 19.4. L'organizzazione del contrattacco
- 20. L'evoluzione del gioco: l'attacco di primo tempo
 - 20.1. Tecnica dell'attacco di primo tempo
 - 20.2. Didattica dell'attacco di primo tempo
 - 20.3. Errori comuni
- 21. Moduli di gioco: il 3-2-1
 - 21.1. Ricezione a 5 – 4 – 3 giocatori con alzatore unico
 - 21.2. Analisi delle caratteristiche tecniche e fisiche dei giocatori nei ruoli specifici
 - 21.3. Sviluppo del modulo in fase ricezione-punto e in fase battuta-punto
 - 21.4. L'organizzazione del contrattacco
- 22. Metodologia di lavoro:
 - 22.1. L'esercizio di sintesi. L'allenamento situazionale: esercitazioni e riferimento al gioco - La difficoltà del compito - L'introduzione progressiva delle variabili situazionali - La componente tattica nell'esercizio di sintesi.
 - 22.2. La costruzione di esercitazioni sintetico-globali ad obiettivo tecnico o a punteggio speciale
- 23. L'allenamento tecnico – tattico attraverso il gioco: Dal 1 vs 1 al 4 vs 4 - Il 6 vs 6 ad obiettivo tecnico individuale: esercitazioni per enfatizzare il cambio palla ed esercitazioni per enfatizzare il break point. Moduli specifici sull'attività di minivolley e under 12

Testi Essenziali per l'esame:

Mencarelli M.	Manuale allievo allenatore 1° livello giovanile	Calzetti Mariucci
G. Marino – P. Zambetta	Dispense tecniche	

Testi Consigliati per l'esame:

Pittera-Pedata-Ligas-Pasqualoni	Il Minivolley – Fondamentali scientifici e metodologia applicativa	Calzetti Mariucci
G. Volpicella	Il Manuale della Pallavolo	Idea Libri
M. Paolini	Il Nuovo sistema Pallavolo	Calzetti Mariucci
M. Paolini	19 esercizi globali per il volley e 9 proposte di sedute di allenamento	Calzetti Mariucci
J. Iams	30 giochi competitivi a punteggio speciale per il condizionamento tattico-psicologico nel volley	Calzetti Mariucci
Guidetti A. - Guidetti G.	La pallavolo vincente	Calzetti Mariucci

Modalità di svolgimento delle lezioni: si alterneranno lezioni teoriche a lezioni pratiche a seconda degli argomenti previsti dal programma e, nell'ambito degli stessi argomenti tecnici, sarà prevista una prima parte teorica (in aula) e la seconda parte pratica (in palestra), laddove sia possibile l'utilizzo della palestra.

Modalità d'esame: La modalità di esame sarà incentrata su una prova scritta ed un'eventuale integrazione orale che consenta di verificare le conoscenze tecniche e metodologiche relative all'insegnamento della disciplina.

Bari, 14/12/2016

I docenti

Prof. Giuseppe MARINO

Prof. Pierluigi ZAMBETTA