

**Università degli Studi Aldo Moro Bari**

**FACOLTA' / SCUOLA DI MEDICINA**

**Corso di Studio in Scienze delle Attività Motorie e Sportive**

**Anno Accademico 2016/2017**

**Il Anno – 1° Semestre**

**Corso integrato di: TEORIA TECNICA E DIDATTICA DELL'ATTIVITA' MOTORIE**

**Insegnamento TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DELLE ATTIVITA' MOTORIE PER L'ETA' EVOLUTIVA ANZIANA ED ADULTA**

**Anno di Corso Primo Anno - Secondo semestre**

Docente Prof. Noia Giuseppe

Cell. 339-8791964

e-mail giuseppe.noia@istruzione.it

giuseppe.noia@libero.it

A.A. 2016-17

**Modalità di erogazione:** Tradizionale (Lezione frontale)

**Programma Obiettivi del corso:**

La disciplina è fondamentale per tutti gli ambiti di attività motoria, sportiva e riabilitativa, in cui si opera con soggetti in fase evolutiva e, quindi, in continuo sviluppo.

**Contenuti:**

La personalità e corporeità - Lo sviluppo motorio

- Sviluppo ontologico
- Tappe dello sviluppo motorio

Organizzazione dello schema corporeo

- Schema corporeo e immagine di sé
- Sviluppo e organizzazione dello schema corporeo

- Il corpo nello spazio e nel tempo

- Evoluzione della lateralità

Motricità in età evolutiva

- Motricità

- Schemi motori di base

- Multilateralità, polivalenza e polisportività;

- Capacità coordinative generali e speciali;

- Fasi sensibili;

- Capacità condizionali;

- Fasi sensibili;

La valutazione dell'efficienza fisica in età evolutiva

- Test di valutazione;

L'apprendimento delle capacità motorie

- Tipi di apprendimento

- I metodi di apprendimento

- La misura dell'apprendimento

Il gioco

- Le teorie del gioco;

- Tappe di evoluzione del gioco;

- Il bambino che non gioca;

- Il bambino che gioca sempre

La lezione di educazione motoria

- Proposte per la scuola dell'infanzia e per la scuola primaria;

- Aspetti didattici e metodologici;

- Tassonomie e programmazione didattica

- I programmi di att. Motoria nella scuola primaria e secondaria di primo grado

**Testi Slides – Dispense**

K. Meinel - Teoria del Movimento - SSS Roma

R. N. Singer - L'apprendimento delle capacità motorie SSS Roma

1984

### **Testi di approfondimento**

Pierre Vayer - Educazione Psicomotoria nell'età prescolare – Armando Editore 1975

Pierre Vayer - Educazione Psicomotoria nell'età scolastica – Armando Editore 1978

M. Frostig, P. Maslow - Educazione Psicomotoria teoria e pratica - Edizioni Omega

J. Le Boulch - Verso una scienza del movimento umano – Armando Editore 1976

E. Borgogno - Educazione psicomotoria - Edizioni Omega, 1988

M. Gamba, D. Torri, E. Fumoso, S. Conti - I bambini e l'educazione motoria – Edizioni Atlas

AA.VV. - L'educazione motoria di base - IEI CONI - Roma 1987

Antonio Dal Monte – M. Faina - Fisiologia dell'esercizio in età evolutiva" - Ed. CONI SDS, Roma 1983

### **Risultati dell'apprendimento**

Si intende far conoscere allo studente i principi teorici, tecnici, metodologici, e le problematiche generali inerenti l'attività motoria per l'età evolutiva.

La materia vuole fornire ampie basi tecniche e teoriche, capaci di guidare le scelte metodologiche e didattiche delle diverse figure professionali (educatore, insegnante, animatore, istruttore, allenatore, riabilitatore, preparatore atletico) riferibili al laureato in scienze motorie. Inoltre la disciplina si propone di stimolare, negli allievi, un atteggiamento di studio e ricerca che, impedendo il trinceramento dietro sterili certezze accademiche, consenta loro di mantenere una professionalità aperta e in continuo approfondimento in un ambito, quello dell'attività motoria e dello sport, in continua e costante evoluzione.

Ovviamente la materia, pur delineando una struttura portante di base, si pone in atteggiamento aperto rispetto a tutte le nuove indicazioni che le varie discipline afferenti, o gli studi sul campo, possono fornire.

### **Organizzazione della Didattica**

Lezioni frontali

Esercitazioni pratiche (compatibilmente con l'orario didattico saranno programmati interventi di tutoring presso le strutture convenzionate)

**Modalità di frequenza:** Obbligatoria

**Metodo di valutazione:** Prova orale

**Programma di TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DELL'EDUCAZIONE MOTORIA  
PREVENTIVA E COMPENSATIVA**

**5 CFU**

**Prof. Francesco Fischetti**

**Obiettivi**

L'insegnamento si propone di far conoscere il concetto di alterazione posturale, in particolare nell'età giovanile, al fine di programmare condurre adeguate attività motorie preventive e compensative.

**Argomenti**

Finalità della educazione motoria preventiva compensativa. Leggi dell'accrescimento.

Classificazione e cause delle alterazioni morfologiche. Periodo di insorgenza delle alterazioni

morfologiche e importanza della loro prevenzione. Meccanomorfosi. La prevenzione attraverso le attività motorie. Paramorfismi. Dismorfismi. Ipermorfismi. Principi generali che regolano l'educazione motoria compensativa. Postura e valutazione posturale. Esercizi di presa di coscienza, rilassamento, equilibrio, coordinazione, respiratori e loro importanza ai fini di una corretta postura.

**Obiettivi:** lo studente dovrà essere in grado di classificare le diverse alterazioni morfologiche e le loro cause con riferimento all'accrescimento corporeo ed ai periodi dell'insorgenza di tali alterazioni

**Testi per l'esame**

## **Bibliografia di base**

- F. Tribastone, P. Tribastone, Compendio di Educazione Motoria Preventiva e Compensativa

Società Stampa Sportiva;

- F. Fischetti, G. Greco, Posturologia, WIP Edizioni, 2016

Bibliografia integrativa

- J. A. Kapandjj, Fisiologia articolare, Ed. Marrapese, Roma

- P. Raimondi – O. Vincenzini – Teoria, Metodologia e Didattica del movimento compensativo,

rieducativi e preventivo – Margiacchi Galeno

- F. Fischetti, G. Greco, Educare all'attività fisica e sportiva per il benessere, WIP Edizioni, 2016

## **Modalità di svolgimento delle lezioni**

Lezioni teoriche frontali. Esercitazioni laboratoriali anche "sul campo".

## **Modalità d'esame**

Prove scritte in itinere, eventualmente proposte, avranno valore soltanto didattico - autovalutativo.

Generalmente l'esame orale verte su una parte richiesta dalla commissione ed una parte a scelta del candidato.

Il docente riceve al termine delle lezioni.

E-mail [francesco.fischetti@uniba.it](mailto:francesco.fischetti@uniba.it) .

**Il docente**  
**Prof. Francesco Fischetti**

**Programma di TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DEL FITNESS E DEL WELLNESS**  
**Anno Accademico 2016-17**  
**2° anno, 1° semestre**

**CONTENUTI**

Evoluzione del concetto di benessere psicofisico dal Culturismo al Wellness.

Benefici del Fitness e Wellness sui principali apparati del corpo umano e sullo stato psichico ed emotivo.

Elementi fondamentali della metodologia di allenamento e della didattica degli esercizi a corpo libero, con piccoli attrezzi (manubri e bilanciere) e con le macchine isotoniche.

Concetti basilari sulla composizione corporea, il peso ideale, il metabolismo basale ed il dispendio calorico nell'attività motoria.

Elementi fondamentali della metodologia di allenamento con gli attrezzi cardio-fitness (treadmill, bike, stepper, ellittica, top).

I principali metodi di stretching analitico e globale.

Fitness musicale: struttura della musica, passi base dell'aerobica, metodi e didattica per costruire una progressione di esercizi, struttura della lezione collettiva.

**COMPETENZE**

Alla fine del corso gli allievi devono essere in grado di:

- saper insegnare l'esecuzione dei principali esercizi a corpo libero, con piccoli attrezzi e con le macchine più comunemente presenti nelle palestre
- programmare gli allenamenti in funzione degli obiettivi a medio e lungo termine per il miglioramento dello stato psicofisico degli utenti di un fitness-club
- programmare e guidare le lezioni collettive di ginnastica aerobica a tempo di musica

**METODI DIDATTICI**

Lezione frontale

Esercitazioni pratiche

**MODALITA' DI VERIFICA**

Prova pratica

Esame orale

**DOCENTE**

Prof. Roberto Gaudio

E-mail: robertogds@libero.it