

PROGRAMMA DEL CORSO DI ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE: TECNICHE, STRUMENTI E CONTESTI D'INTERVENTO

SETTORE SCIENTIFICO

M-EDF/01

CFU

13

OBIETTIVI FORMATIVI

Il programma si propone di fornire allo studente competenze avanzate e professionalizzanti nell'ambito della progettazione, conduzione, osservazione e valutazione di attività motorie e ludico-sportive, con particolare attenzione agli aspetti metodologici, tecnici, inclusivi e comunicativi, in una prospettiva interdisciplinare e orientata al benessere psico-fisico e sociale della persona.

In particolare, il corso intende:

Consolidare conoscenze teoriche avanzate relative alle scienze del movimento umano, applicate alla didattica delle attività motorie, sportive e ludico-educative, con riferimento alle più recenti evidenze scientifiche in ambito educativo, neuropsicomotorio e metodologico.

Sviluppare capacità operative e progettuali complesse per l'elaborazione di interventi tecnici e didattici nei vari sport, contestualizzati in base alle esigenze di età, abilità motorie, contesti sociali e condizioni individuali, favorendo l'inclusione e la partecipazione attiva di tutti i praticanti, indipendentemente da abilità fisiche, cognitive o sensoriali.

Favorire l'autonomia didattica nella pianificazione di sequenze motorie, esercitazioni, giochi e contenuti tecnico-sportivi in chiave educativa e inclusiva, anche attraverso l'impiego di adattamenti e strategie personalizzate.

Integrare tecniche di osservazione e valutazione, sia formativa che sommativa, utilizzando strumenti e test validati per monitorare l'apprendimento e le competenze motorie in ambito scolastico, extrascolastico e sportivo.

Valorizzare il lavoro sul campo, attraverso moduli laboratoriali e attività outdoor, con attenzione alla sicurezza, all'accessibilità e all'utilizzo delle risorse ambientali e culturali, promuovendo contesti inclusivi e cooperativi.

Promuovere la leadership educativa, la comunicazione efficace e la riflessione critica, per affrontare con consapevolezza contesti operativi ad alta complessità.

Incoraggiare l'apprendimento autonomo e la ricerca-azione, favorendo la sperimentazione di strategie innovative nell'insegnamento degli sport anche in chiave inclusiva.

PREREQUISITI

Per affrontare con profitto il corso, lo studente dovrebbe possedere:

conoscenze teoriche di base in ambito anatomico, fisiologico e biomeccanico, applicate al movimento umano, all'esercizio fisico ed allo sport;

nozioni generali sulle metodologie dell'insegnamento delle attività motorie, apprese durante il percorso di studi;

familiarità con i principali concetti legati al gioco motorio, all'attività sportiva e ai fondamenti dell'educazione fisica;

competenze di base nella comprensione e nell'uso della terminologia tecnica e didattica del movimento;

capacità di analizzare in modo critico e riflessivo materiali didattici e contesti educativi, presentati sia in forma scritta che multimediale.

RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI

Conoscenza e capacità di comprensione (Knowledge and understanding)

Al termine dell'insegnamento, lo studente:

possiede una conoscenza approfondita dei modelli teorici, metodologici e operativi per la progettazione e la conduzione di attività motorie e ludico-sportive nei contesti scolastici, formativi, sociali e sportivi;

conosce in modo critico le principali teorie contemporanee sull'apprendimento motorio, sul gioco, sulla didattica attiva e sulle dinamiche di gruppo, con una visione interdisciplinare e orientata al benessere;

comprende le interazioni tra fattori biologici, psicosociali, ambientali e culturali che influenzano il comportamento motorio e lo sviluppo della persona, anche in ambienti naturali o ad alta complessità educativa.

Capacità di applicare conoscenza e comprensione (Applying knowledge and understanding)

Lo studente è in grado di:

progettare, condurre e documentare interventi tecnico-pratici e didattici personalizzati, con finalità inclusive, educative, preventive e formative, avvalendosi di evidenze scientifiche e strumenti validati;

gestire consapevolmente e in autonomia le variabili didattiche (tempo, spazio, relazione, organizzazione, feedback) per favorire l'apprendimento motorio, lo sviluppo delle competenze trasversali e la partecipazione attiva di tutti i praticanti;

utilizzare protocolli di osservazione e griglie di valutazione per monitorare le performance motorie e le dinamiche relazionali, anche con il supporto delle tecnologie digitali.

Autonomia di giudizio (Making judgements)

Lo studente:

è in grado di analizzare criticamente i contesti di intervento (scolastici, sportivi, ricreativi, adattati) individuando risorse, ostacoli e opportunità per l'azione educativa, sportiva e inclusiva;

valuta con consapevolezza le scelte metodologiche e didattiche più efficaci in funzione degli obiettivi e delle caratteristiche dei destinatari, con particolare attenzione all'equità e all'inclusione;

integra dati osservativi, feedback individuali e strumenti teorico-pratici per prendere decisioni fondate e migliorare l'efficacia degli interventi motori e sportivi.

Abilità comunicative (Communication skills)

Al termine del corso, lo studente:

comunica in modo chiaro, professionale e adeguato ai diversi interlocutori (bambini, adolescenti, adulti, colleghi, famiglie, referenti istituzionali), modulando linguaggio e approccio;

promuove la collaborazione tra pari e la costruzione di ambienti motivanti, attraverso stili comunicativi assertivi, cooperativi e motivazionali;

utilizza efficacemente strumenti multimediali, digitali e grafici per documentare, supportare e innovare la didattica delle attività motorie e ludico-sportive.

Capacità di apprendere (Learning skills)

Lo studente dimostra di:

saper apprendere in autonomia, aggiornare le proprie competenze attraverso lo studio, la pratica riflessiva e l'analisi critica delle esperienze sul campo;

elaborare percorsi di miglioramento professionale attraverso la ricerca-azione, l'osservazione sistematica e la sperimentazione di modelli didattici innovativi, anche in ambito outdoor, scolastico o parascolastico;

mostrare attitudine al life-long learning e capacità di integrare conoscenze accademiche, operative e contestuali, valorizzando la complessità dei processi educativi e inclusivi nello sport e nel movimento.

PROGRAMMA DIDATTICO: ELENCO VIDEOLEZIONI/MODULI

Modulo 1: Pedagogia del movimento e progettazione inclusiva dell'attività motoria

Pedagogia del movimento e valore educativo del gioco: concetti chiave, sviluppo motorio, ruolo del gioco nella formazione

Didattica attiva e strategie di insegnamento nelle attività motorie: metodologie, stili di insegnamento, principi pedagogici

Progettazione didattica e inclusione nelle attività ludico-sportive: UDA, adattamenti, differenziazione, ambienti facilitanti

Il ruolo dell'educatore motorio tra competenze tecniche e relazionali: comunicazione, motivazione, gestione del gruppo

Osservazione, documentazione e valutazione in ambito motorio: strumenti e criteri per la valutazione formativa e sommativa

Modulo 2: Competenze trasversali, salute e inclusione nella pratica motoria

Comunicazione corporea e sport

Life skills

Special Olympics

OKKIO alla salute

Motivazione e vissuto emotivo

La Performance analysis

Etica nella ricerca scientifica applicate

Applicazioni pratiche del modello percezione-consapevolezza nella ricerca scientifica motorio-sportiva

Educazione psicomotoria in età scolastica

Il sistema di sorveglianza PASSI

Modulo 3: Allenamento, adattamento e prestazione motoria nelle diverse età

L'adattamento in quanto presupposto fondamentale dell'allenamento sportivo

L'allenamento delle principali forme di sollecitazione motoria dell'organismo

Gioventù e sport

Età senile e sport

Donna e sport

Fattori che influenzano la capacità di prestazione

Lo stato pre-gara e la sua importanza per la capacità di prestazione

Fatica e capacità di prestazione

Recupero e capacità di prestazione

Modulo 4: Anatomia funzionale e biomeccanica applicata al movimento umano

Coste, Sterno e loide

Descrizione ossa anteriori del tarso e avampiede

Biomeccanica del Rachide Lombare

Biomeccanica della caviglia

Biomeccanica del piede

Arto superiore: clavicola, omero e scapola

Arto superiore: ulna e radio

Arto superiore: ossa del carpo e metacarpo

Biomeccanica dell'articolazione del gomito

Funzione dei Legamenti e dei Muscoli per la Biomeccanica del Gomito

Biomeccanica dell'Avambraccio: Pronazione e Supinazione

Biomeccanica del Polso

Biomeccanica della Mano

Mandibola, Osso Mascellare e Temporale: Anatomia Descrittiva

Biomeccanica dei Movimenti Mandibolari

Caso Studio 2

Caso Studio 3

Caso Studio 4

Caso Studio 5

Intervista

Modulo 5: Aspetti neuropsicologici e cognitivi dell'attività motoria

Invecchiamento, Declino Cognitivo e Funzione Motoria

Neuroplasticità e Apprendimento Motorio

Ambiente, Interazioni e Abilità Cognitivo-motorie

Ansia e Stress nelle Competizioni Sportive

Interazione tra Personalità e Abilità Motorie

Efficacia del Feedback Emotivo e Sociale nella Valutazione Motoria

Le attività tecnico-pratiche (ATP) si svolgono in presenza, presso sedi universitarie o che rispettano stringenti criteri di qualificazione. Le ATP costituiscono parte integrante dell'insegnamento e contribuiscono al raggiungimento degli obiettivi formativi specifici. Ogni CFU di ATP corrisponde a 25 ore complessive di impegno, di cui 7 ore di attività da svolgersi in presenza e 18 ore di attività di rielaborazione (autoapprendimento dello studente).

Per questo insegnamento, i CFU riservati ad ATP sono: 3

Contenuti teorico-pratici

Il percorso didattico è articolato in 3 moduli teorico-pratici, con progressiva integrazione tra conoscenze metodologiche, progettazione didattica, sperimentazione sul campo e riflessione critica.

Modulo 1

Attività ludico-motorie finalizzate allo sviluppo delle abilità motorie di base;

Analisi del gioco come strumento educativo: tipologie, funzioni e contesti;

Allestimento di spazi di apprendimento motorio sicuri e stimolanti;

Esperienze pratiche di giochi cooperativi, di opposizione, di esplorazione e imitazione.
Approfondimento sugli stili e metodi di insegnamento nelle attività motorie e sportive;
Organizzazione e gestione delle variabili didattiche (tempo, spazio, relazioni, materiali);
Sperimentazione di sequenze motorie guidate e attività simulate tra pari;
Strategie di adattamento per alunni con bisogni educativi speciali e disabilità.

Modulo 2

Tecnica e didattica dei fondamentali nei principali sport di squadra (es. basket, pallavolo, calcio) e sport individuali (es. atletica leggera, nuoto, ginnastica, tennis);
Analisi e conduzione di esercitazioni pratiche e progressioni didattiche differenziate in base alla disciplina e al livello dei praticanti;
Simulazioni di sedute pratiche e microlezioni tematiche in piccoli gruppi, con riferimento a contesti educativi, scolastici e sportivi;
Uso di strumenti per l'osservazione, la registrazione e il feedback (rubriche, checklist, video) anche nell'ambito dell'analisi tecnica degli sport individuali.

Modulo 3

Progettazione di Unità di Apprendimento (UDA) a carattere motorio e ludico-sportivo;
Definizione di obiettivi, competenze attese, strategie, tempi e strumenti di verifica;
Documentazione e riflessione sull'azione didattica attraverso diari di bordo e restituzioni video;
Valutazione formativa e autentica nei contesti motori.
Attività motorie adattate e inclusive per gruppi eterogenei;
Promozione del benessere attraverso il movimento e il gioco cooperativo;
Progettazione di esperienze motorie in ambienti naturali e spazi informali;
Attività esperienziali che integrano dimensione motoria, relazionale ed emotiva.

ATTIVITÀ DIDATTICA INTERATTIVA (DI)

Le attività di Didattica Interattiva (TEL-DI) consistono, per ciascun CFU, in 2 ore erogate in modalità sincrona su piattaforma Class, svolte dal docente anche con il supporto del tutor disciplinare, e dedicate a una o più tra le seguenti tipologie di attività:

- sessioni live, in cui il docente guida attività applicative, stimolando la riflessione critica e il confronto diretto con gli studenti tramite domande in tempo reale e discussioni collaborative;
- webinar interattivi, arricchiti da sondaggi e domande dal vivo, per favorire il coinvolgimento attivo e la costruzione della conoscenza;

- lavori di gruppo e discussioni in tempo reale, organizzati attraverso strumenti collaborativi come le breakout rooms, per sviluppare strategie di problem solving e il lavoro in team;
- laboratori virtuali collettivi, in cui il docente guida esperimenti, attività pratiche o l'analisi di casi di studio, rendendo l'apprendimento un'esperienza concreta e partecipativa;

Tali attività potranno essere eventualmente supportate da strumenti asincroni di interazione come per esempio:

- forum;
- wiki;
- quiz;
- glossario.

Si prevede l'organizzazione di almeno due edizioni di didattica interattiva sincrona nel corso dell'anno accademico. Si precisa che il ricevimento degli studenti, anche per le tesi di laurea, non rientra nel computo della didattica interattiva.

ATTIVITÀ DIDATTICA EROGATIVA (DE)

Le attività di Didattica Erogativa consistono, per ciascun CFU, nell'erogazione di 5 videolezioni della durata di circa 30 minuti. A ciascuna lezione sono associati:

- una dispensa (PDF) di supporto alla videolezione oppure l'indicazione di capitoli o paragrafi di un ebook di riferimento, scelto dal docente tra quelli liberamente consultabili in piattaforma da studentesse e studenti;
- un questionario a risposta multipla per l'autoverifica dell'apprendimento.

TESTO CONSIGLIATO

A. Dal Monte, M Faina. Valutazione dell'Atleta. UTET. 2000

M.P.Company Counsilman, J.E., Counsilman, B.E. (2004) La nuova scienza del nuoto, Zanichelli

Weineck J., L'allenamento ottimale, Calzetti&Mariucci, 2023

Bellotti, P., & Zanon, S. (2009). Storia del concetto di allenamento: con appendici. Calzetti Mariucci.

Betti Berutto T., Da cintura bianca a cintura nera: nozioni di judo e di arti marziali / Tommaso Betti-Berutto, GP ed., 2009

Salamone, G. (2012). I giochi sportivi di squadra. Note di teoria, tecnica e didattica. Calzetti Mariucci, 2012

Pesce, C., Marchetti, R., Motta, A., & Bellucci, M. (2015). Joy of moving. MoviMenti con ImmaginAzione. Giocare con la Variabilità per Promuovere lo Sviluppo Motorio, Cognitivo e del Cittadino.[Joy of Moving. MindMovers & ImmaginAction-Playing with Variability to Promote Motor, Cognitive and Citizenship Development]. Perugia: Calzetti-

Mariucci.

Bottoni A, Bertucelli C e Filliol J (2020). Triathlon - Attività giovanile Age group e lunga distanza, alto livello Calzetti e Mariucci ed.

Bompa T., Buzzichelli C., Periodizzazione - Teoria e Metodologia dell'Allenamento (2022) Calzetti-Mariucci.

I giochi sportivi di squadra. Note di teoria, tecnica e didattica. Gaetano Salamone Calzetti Mariucci, 2012

MODALITÀ DI VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO

L'esame può essere sostenuto sia in forma scritta che in forma orale. L'esame orale consiste in un colloquio con la Commissione sui contenuti dell'insegnamento. L'esame in forma scritta consiste nello svolgimento di un test composto da 31 domande. Per ogni domanda lo studente deve scegliere una delle 4 possibili risposte. Solo una risposta è corretta e, in caso di risposte errate o mancanti, non sarà attribuita alcuna penalità. Rispondendo correttamente a tutte le 31 domande, si consegnerà la lode.

Oltre alla prova d'esame finale, il percorso prevede attività di didattica interattiva sincrona e prove intermedie che consentono alle studentesse e agli studenti di monitorare il proprio apprendimento, attraverso momenti di verifica progressiva e consolidamento delle conoscenze.

La partecipazione alle attività di didattica interattiva sincrona consente di maturare una premialità fino a 2 punti sul voto finale, attribuiti in funzione della qualità della partecipazione alle attività e dell'esito delle prove.

Per accedere alle prove intermedie è necessario aver seguito almeno il 50% di ogni ora di didattica interattiva. Le prove intermedie possono consistere in un test di fine lezione o nella predisposizione di un elaborato. Le prove intermedie si considerano superate avendo risposto correttamente ad almeno l'80% delle domande di fine lezione.

In caso di prove intermedie che prevedano la redazione di un elaborato, il superamento delle stesse ai fini della premialità sarà giudicata dal docente titolare dell'insegnamento. I punti di premialità, previsti per le prove intermedie, sono sommati al voto finale d'esame solo se la prova d'esame è superata con un punteggio pari ad almeno 18/30 e possono contribuire al conseguimento della lode.

Le modalità d'esame descritte sono progettate per valutare il grado di comprensione delle nozioni teoriche e la capacità di applicazione delle stesse e consentiranno di valutare il livello di competenza e l'autonomia di giudizio maturati dalla studentessa e dallo studente. Le abilità di comunicazione e la capacità di apprendimento saranno valutate anche attraverso le interazioni dirette che avranno luogo durante la fruizione dell'insegnamento.

RECAPITI

Nicola Mancini: nicola.mancini@unipegaso.it

Roberto Minino: roberta.minino@unipegaso.it

Simone Ciaccioni: simone.ciaccioni@unipegaso.it

Emahnuel Troisi Lopez: emahnuel.troisilopez@unipegaso.it

Marco Ivaldi: marco.ivaldi@unipegaso.it

Emanuele D'angelo: emanuele.dangelo@unipegaso.it

Pompilio Cusano: pompilio.cusano@unipegaso.it

OBBLIGO DI FREQUENZA

/**/

A studentesse e studenti viene richiesto di partecipare ad almeno il 70% dell'attività di didattica erogativa (70% della TEL-DE).

AGENDA

Nella sezione Informazioni Appelli, nella home del corso, per ogni anno accademico vengono fornite le date degli appelli d'esame.

Le attività di didattica interattiva sincrona sono calendarizzate in piattaforma nella sezione Class.

Le attività di ricevimento di studenti e studentesse sono calendarizzate nella sezione Ricevimento Online.

SETTORE SCIENTIFICO

/**/

(MEDF-01/A - M-EDF/01)

CFU

/**/

13