

## ***SCHEMA DI INSEGNAMENTO***

**Corso di Studi: Scienze Motorie**

**Insegnamento: *TEORIA TECNICA E DIDATTICA SPORT NATATORI***

**Coordinatore: Giovanni Melchiorri**

**Anno di corso: 2020/2021**

**Semestre: I**

**CFU Insegnamento: 5**

Settore scientifico disciplinare: M-EDF-02

Docenti: Melchiorri Giovanni, Tamara Triossi, Valerio Viero

## **PREREQUISITI**

- Conoscenza degli elementi base di fisiologia e anatomia;
- Disponibilità all'apprendimento in ambiente acquatico.

## **OBIETTIVI FORMATIVI**

Il corso prevede l'acquisizione da parte dello studente di conoscenze di didattica e tecnica degli sport natatori, principalmente il nuoto ma anche la pallanuoto e il salvamento.

Verranno quindi analizzati i presupposti teorici e fisici che regolano il movimento in acqua, la tecnica e i regolamenti delle singole discipline, le diverse modalità didattiche nonché le metodiche di allenamento giovanile.

Il corso costituisce una base di conoscenze fondamentali per lo studio della metodologia dell'allenamento nelle discipline natatorie.

## **RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI**

### **Conoscenza e capacità di comprensione (knowledge and understanding)**

- conoscere i principi fisici che regolano il movimento in acqua;
- conoscere le tecniche fondamentali di salvamento acquatico;
- conoscere l'acquaticità di base e la sua didattica;

- conoscere le diverse tecniche natatorie, la loro didattica e correzione;
- conoscere i regolamenti del nuoto;
- conoscere nella pallanuoto i fondamentali con palla e senza palla;
- conoscere i ruoli e il regolamento della pallanuoto;
- conoscere le metodiche di allenamento in palestra applicabili al nuoto e alla pallanuoto;
- saper interpretare correttamente il gesto dell'allievo al fine di personalizzare le metodiche di intervento.

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

Al termine dell'insegnamento lo studente sarà in grado di:

- utilizzare le conoscenze acquisite per l'insegnamento in ambito educativo e sportivo di base;
- individuare le metodiche specifiche per le esigenze dell'allievo;
- progettare un piano didattico a media-lunga scadenza.

### **Abilità comunicative (communication skills)**

Alla fine dell'insegnamento lo studente dovrà sapere:

- utilizzare la terminologia scientifica specifica in modo adeguato.

### **Autonomia di giudizio (making judgements)**

Alla fine dell'insegnamento lo studente dovrà sapere:

- effettuare delle considerazioni relative agli argomenti trattati;
- argomentare le proprie conoscenze.

## **PROGRAMMA**

- elementi di idrodinamica (principio di Archimede, centro di galleggiamento, pressione idrostatica, viscosità, densità, tensione superficiale, meccanica dei fluidi, elementi di termodinamica);
- principi della propulsione in acqua (terza legge di Newton, principio di Bernoulli, trasferimento dell'inerzia, resistenze di attrito);
- struttura della Federazione Italiana Nuoto (F.I.N.);
- organizzazione della scuola nuoto (obiettivi tecnici e formativi, brevetti);
- ambientamento ed Acquaticità (principi generali, respirazione, galleggiamento, propulsione, sussidi didattici, progressioni didattiche);
- tecnica dei quattro stili (bracciata, gambata, tuffi di partenza, virate);

- didattica dei quattro stili (cenni generali di didattica e metodologia, diversificazioni didattiche, organizzazione della lezione);
- regolamento tecnico del nuoto;
- il nuoto per salvamento (concetti base di sicurezza in acqua, tecniche di soccorso acquatico);
- la pallanuoto (storia, evoluzione del regolamento, ruoli, nuotate specifiche del pallanuotista, elementi di comprensione del gioco);
- elementi di preparazione atletica a secco per gli sport acquatici.

### **TESTI CONSIGLIATI**

- MONDO NUOTO: Bissing M., Amos L., Grobli C., Cserépy S., Weber P.-A.; Calzetti e Mariucci.
- LA NUOVA SCIENZA DEL NUOTO: Counsilman J., Counsilman B.E.; Zanichelli.
- L'ALLENAMENTO FISICO DEL PALLANUOTISTA: Melchiorri G., Campagna S.; Calzetti e Mariucci.
- Eventuali dispense fornite dai docenti.

### **MODALITÀ DI INSEGNAMENTO**

L'Insegnamento è strutturato in 30 ore di didattica frontale, suddivise in lezioni da 2 o 4 ore in base al calendario accademico. La didattica frontale prevede 10 ore in aula, 16 ore in piscina e 4 ore in palestra.

### **MODALITÀ DI VERIFICA DELL'APPRENDIMENTO**

La verifica della preparazione degli studenti avverrà con esame scritto.

Il test sarà composto da 13/15 domande di diverse tipologie (risposta aperta, completamento, risposta multipla, vero o falso). Le domande saranno così distribuite:

- 2/3 domande aperte con valore da 2 a 6 punti in base alla complessità della domanda;
- 2/3 domande a completamento con valore da 2 a 4 punti in base alla complessità della domanda;
- 4/5 domande a risposta multipla con valore di 1 punto per ciascuna risposta esatta;
- 3/4 domande con opzione di scelta vero o falso (per un totale di 10/15 opzioni), con valore di 0,75 punti per ciascuna risposta esatta.

Il punteggio finale della prova scritta sarà dato dalla somma dei punteggi parziali assegnati ad ogni domanda risposta correttamente.

Il 70% del punteggio della prova è attribuito alla capacità di apprendimento (learning skills) e alla capacità di applicare le conoscenze (applying knowledge and understanding).

Saranno inoltre valutati: autonomia di giudizio (making judgements) per il 15% del punteggio e le

abilità comunicative (communication skills) per il 15% del punteggio.

Il voto dello scritto ha validità di un anno solare.

### **RICEVIMENTO STUDENTI**

I docenti del corso sono raggiungibili tramite appuntamento via mail ([tamaratriossi@hotmail.com](mailto:tamaratriossi@hotmail.com) – [gmelchiorri@libero.it](mailto:gmelchiorri@libero.it)).