



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Docente responsabile dell'insegnamento/attività formativa

Nome Stefano

Cognome D'Ottavio

Denominazione insegnamento/attività formativa

Italiano Metodi e tecniche delle attività motorie e sportive 2

Inglese Methods and techniques of motor and sports activities 2

Informazioni insegnamento/attività formativa

A.A. 2024-25

L

LM

LM CU

CdS Corso di Laurea in Scienze Motorie

Codice L22

Canale Unico

CFU 16

Lingua Italiano

Docenti del modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Stefano D'Ottavio

Gianluca Briotti

Paolo Roberto Gabrielli

Denominazione modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Italiano Allenamento sportivo giovanile

Inglese Youth Sports Training



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Docenti del modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Stefano D'Ottavio

Giampietro Granatelli

Andrea Capobianco

Denominazione modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Italiano Sport di squadra II

Inglese Team Sports II

Docenti del modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Michele Panzarino

Pasquale Antonio Oppido

Cristina Tonelli

Denominazione modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Italiano Attività motoria adattata e della fragilità

Adapted motor activity and fragility

Obiettivi formativi e risultati di apprendimento attesi

Italiano

Obiettivi Formativi

Il corso è finalizzato al conseguimento da parte degli studenti di competenze specifiche per la programmazione, l'organizzazione e la conduzione di un piano didattico che tenga conto delle caratteristiche specifiche degli sport di squadra. La conoscenza del modello prestativo dello sport di squadra deve consentire agli studenti di comprendere meglio le specificità d'intervento dell'allenamento sia nella globalità che in riferimento ai fattori componenti la prestazione. Il corso mira a far conseguire allo studente una preparazione specifica nello sport giovanile, dai principi della ricerca del talento ai presupposti fisiologici e biologici dell'allenamento delle capacità condizionali in età post puberale. Al termine delle lezioni, lo studente sarà in grado di redigere programmi di allenamento finalizzati alla terza età, dalla prevenzione all'intervento cinesiologico.

Risultati di apprendimento attesi

Lo studente sarà in grado di utilizzare le conoscenze apprese per affrontare la complessità dell'allenamento tecnico e tattico, avendone approfondito le componenti cognitive, sia in età giovanile che in età adulta; saprà scegliere il percorso cinesiologico più adatto nell'ambito dell'attività motoria adattata alla terza età e ne conoscerà le finalità preventive. Sarà in grado di pianificare il processo allenante in ambito giovanile in funzione del genere, conoscerà i criteri di valutazione e di identificazione del talento sportivo.

Conoscenza e capacità di comprensione

L'insegnamento previsto nel terzo anno del corso di Laurea in Scienze Motorie dello Sport fornisce allo studente conoscenze approfondite di teoria, tecnica e didattica degli sport di squadra, dalla conoscenza degli elementi di base (fondamenti, schemi motori di base, etc.) degli sport presi in considerazione all'approfondimento di tematiche specifiche, come i processi tattico-cognitivi, la match analysis e la training analysis; lo studente acquisisce le conoscenze necessarie allo sviluppo di piani di allenamento in ambito giovanile ed adattati alla terza età.

Capacità di applicare conoscenza e comprensione

Lo studente dovrà essere in grado di applicare conoscenze e capacità di comprensione legate agli aspetti teorici e pratici della tattica e della tecnica nelle discipline "open", ai processi mentali ed ai circuiti di regolazione dell'azione negli sport di squadra, ai meccanismi dell'anticipazione complessa e dei movimenti di finta, ai sistemi di gioco. Lo studente dovrà sapere affrontare le complessità relative alla pianificazione del carico di allenamento in ambito giovanile, conoscere ed applicare i principi dell'allenamento adattato per adulti ed anziani, con la consapevolezza dell'importanza dell'azione preventiva dell'attività fisica nella terza età.

Abilità comunicative

Lo studente dovrà sapersi esprimere con un lessico tecnico adeguato al livello raggiunto nel percorso di studio, in modo da poter adattare la terminologia in differenti situazioni e contesti lavorativi.

Autonomia di giudizio

Lo studente dovrà sapere definire la prestazione in ambito sportivo per poter sviluppare le proprie capacità operative e saper orientare gli obiettivi di formazione tecnico-coordinativa e tattico-cognitiva in maniera autonoma in funzione del livello di qualificazione e della fascia d'età. Inoltre, dovrà essere in grado di esercitare la capacità di analisi critica nei diversi contesti e nelle diverse situazioni, nel contesto degli sport di squadra come in quello dell'attività adattata e della fragilità.

Inglese

Educational Objectives

The course is aimed at the achievement by students of specific skills for the planning, organization and management of a teaching plan that takes into account the specific characteristics of team sports. Knowledge of the performance model of team sports must allow students to better understand the specificities of training intervention both in its entirety and in reference to the factors that make up the performance. The course aims to allow the student to achieve specific preparation in youth sports, from the principles of talent research to the physiological and biological presuppositions of training of conditional abilities in post-pubertal age. At the end of the lessons, the student will be able to draw up training programs aimed at the elderly, from prevention to kinesiological intervention.

Expected learning outcomes

The student will be able to use the knowledge learned to address the complexity of technical and tactical training, having studied its cognitive components in depth, both in youth and in adulthood; will be able to choose the most suitable kinesiological path in the field of motor activity adapted to the elderly and will know its preventive purposes. Will be able to plan the training process in the youth field according to gender, will know the criteria for evaluating and identifying sports talent.

Knowledge and understanding

The teaching planned in the third year of the Degree Course in Sports Motor Sciences provides the student with in-depth knowledge of the theory, technique and teaching of team sports, from knowledge of the basic elements (fundamentals, basic motor patterns, etc.) of the sports taken into consideration to the in-depth study of specific topics, such as tactical-cognitive processes, match analysis and training analysis; the student acquires the knowledge necessary for the development of training plans in the youth field and adapted to the elderly.

Applying knowledge and understanding

The student must be able to apply knowledge and understanding related to the theoretical and practical aspects of tactics and technique in "open" disciplines, to mental processes and action regulation circuits in team sports, to the mechanisms of complex anticipation and feint movements, to game systems. The student must be able to deal with the complexities related to planning the training load in youth, know and apply the principles of adapted training for adults and the elderly, with the awareness of the importance of the preventive action of physical activity in old age.

Communication skills

The student must be able to express themselves with a technical vocabulary appropriate to the level achieved in the study path, in order to be able to adapt the terminology in different situations and work contexts.

Making judgements

The student must be able to define performance in the sports field in order to develop their operational skills and be able to orient the technical-coordination and tactical-cognitive training objectives independently according to the level of qualification and the age group. Furthermore, he/she must be able to exercise the capacity for critical analysis in different contexts and situations, in the context of team sports as well as in that of adapted activity and fragility.



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Prerequisiti

Italiano

Lo studente dovrà possedere le conoscenze complete per l'analisi di alcuni aspetti prestativi specifici degli sport di squadra, in particolare nel Calcio, nel Basket, nella Pallavolo e nel Rugby, saper applicare i principi della valutazione funzionale nell'ambito dello sport giovanile e nell'alta qualificazione. Dovrà conoscere e saper gestire i concetti fondamentali della metodologia dell'allenamento, avere le conoscenze di base di allenamento in età evolutiva e post puberale e con particolare attenzione ai presupposti biologici e fisiologici dell'allenamento della componente metabolica e neuromuscolare.

Inglese

The student must have complete knowledge for the analysis of some specific performance aspects of team sports, in particular in Football, Basketball, Volleyball and Rugby, know how to apply the principles of functional assessment in the field of youth sports and high qualification. He must know and be able to manage the fundamental concepts of training methodology, have basic knowledge of training in developmental and post-pubertal age and with particular attention to the biological and physiological prerequisites of training of the metabolic and neuromuscular component.

Programma

Italiano

ALLENAMENTO SPORTIVO GIOVANILE (5 CFU)

- Presupposti teorici riferiti a programmi per la selezione e promozione del talento sportivo giovanile;
- Fattori ereditari e prestazione;
- Relative Age Effect;
- Capacità di carico in età post puberale
- Evoluzione delle caratteristiche muscolari e metaboliche nell'adolescente
- La maturazione sessuale, le differenze di genere ed i riflessi sulla scelta della progressione dei carichi
- Avviamento all'uso dei sovraccarichi in età post puberale
- Esercizi balistici di pesistica adattata
- La valutazione del talento
- L'età del Vo2max
- Aspetti psicologici legati alle attività sportive giovanili
- Match analysis in ambito giovanile

SPORT DI SQUADRA II (5 CFU)

- Regole di gioco e regolamentazione delle attività agonistiche
- Studio dei fondamenti tecnici di base
Elementi di tecnica applicata
Le situazioni di gioco
- Lo studio dei fondamentali del gioco collettivo
- Sistemi di gioco e sua evoluzione

- L' apprendimento della tecnica
- I processi mentali ed i circuiti di regolazione dell'azione.
- Anticipazione complessa e movimenti di finta.
- Schemi di reazione semplici e multipli, relativamente al tipo di prestazione.
- Aspetti teorici e pratici della tattica e della tecnica nelle discipline "open".
- Conflittualità relative fra il fattore "velocità" ed il fattore "precisione" dei movimenti.
- Didattica dell'insegnamento delle abilità tecnico-tattiche.
- Le competenze pedagogiche dell'allenatore nei giochi sportivi.
- La "match analysis" dei giochi sportivi: Calcio, Rugby, Pallavolo, Basket

ATTIVITA' MOTORIA ADATTATA E DELLA FRAGILITA' (6 CFU)

- Processi di invecchiamento
- Le modificazioni fisiologiche: Apparato Cardiovascolare, Apparato Respiratorio, Sistema Alimentare, Apparato Emopoietico, Sistema Renale, Apparato Nervoso, Apparato Endocrino, Sistema Immunitario, Sistema Tegumentario, Sistema Uditivo, Linguaggio, Apparato Visivo, Apparato Muscolo-scheletrico
- Effetti dell'attività fisica sullo stato di salute
- L' attività fisica preventiva
- L'intervento cinesiologico
- Le cadute negli anziani: dimensioni del problema
- Le cadute negli anziani: fattori di rischio
- Efficacia degli interventi preventivi
- Attività fisica ed obesità
- Attività fisica ed Ipertensione arteriosa
- Attività fisica ed Ipotensione ortostatica
- Attività fisica e osteoporosi
- Attività pratica: esercizio fisico per la terza età
- Evoluzione del concetto di disabilità in ambito storico, normativo e sportivo
- Classificazioni della disabilità
- Disabilità Intellettivo-relazionali, Fisico-motorie e Sensoriali
- Disabilità nella scuola e nello sport
- Attività motoria/sport come strumento di integrazione, riscatto sociale e personale
- Esperto in scienze motorie e disabilità: attività motoria amatoriale, agonistica e ricreativa socializzante
- Parte pratica: principi e metodologie dell'attività motoria adattata e strategie operative per disabilità specifiche.

Inglese

YOUTH SPORTS TRAINING (5 CFU)

- Theoretical assumptions related to programs for the selection and promotion of youth sports talent;
- Hereditary factors and performance;
- Relative Age Effect;
- Load capacity in post-pubertal age
- Evolution of muscular and metabolic characteristics in adolescents
- Sexual maturation, gender differences and the effects on the choice of load progression
- Introduction to the use of overloads in post-pubertal age
- Adapted weightlifting ballistic exercises
- Talent evaluation
- The age of Vo2max
- Psychological aspects related to youth sports activities
- Match analysis in youth

TEAM SPORTS II (5 CFU)

- Game rules and regulation of competitive activities
- Study of basic technical foundations
Elements of applied technique
Game situations
- Study of the fundamentals of collective play
- Game systems and its evolution
- Learning the technique
- Mental processes and action regulation circuits.
- Complex anticipation and feint movements.
- Simple and multiple reaction patterns, relative to the type of performance.
- Theoretical and practical aspects of tactics and technique in "open" disciplines.
- Relative conflicts between the "speed" factor and the "precision" factor of movements.
- Teaching of technical-tactical skills.
- The pedagogical skills of the coach in sports games.
- Match analysis of sports games: Football, Rugby, Volleyball, Basketball

ADAPTED MOTOR ACTIVITY AND FRAGILITY (6 CFU)

- Aging processes
- Physiological changes: Cardiovascular system, Respiratory system, Alimentary system, Hemopoietic system, Renal system, Nervous system, Endocrine system, Immune system, Integumentary system, Hearing system, Language, Visual system, Musculoskeletal system
- Effects of physical activity on health status
- Preventive physical activity
- Kinesiological intervention
- Falls in the elderly: size of the problem
- Falls in the elderly: risk factors
- Effectiveness of preventive interventions
- Physical activity and obesity
- Physical activity and arterial hypertension
- Physical activity and orthostatic hypotension
- Physical activity and osteoporosis
- Practical activity: exercise Physique for the elderly
- Evolution of the concept of disability in the historical, regulatory and sports fields
- Disability classifications
- Intellectual-relational, Physical-motor and Sensory disabilities
- Disability in school and in sports
- Motor activity/sport as a tool for integration, social and personal redemption
- Expert in motor sciences and disability: amateur, competitive and recreational socializing motor activity
- Practical part: principles and methodologies of adapted motor activity and operational strategies for specific disabilities.



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Modalità di valutazione

Prova scritta

Descrizione delle modalità e dei criteri di verifica dell'apprendimento

Italiano

La verifica dell'apprendimento avverrà tramite lo svolgimento di una prova scritta semi strutturata (quesiti a risposta multipla, brevi esercitazioni, saggio breve) avente lo scopo di valutare il "sapere" e il "saper fare" basati sulla capacità di rielaborare e argomentare tutti i punti del programma didattico. Darà luogo a valutazioni di eccellenza il possesso da parte dello studente di buone conoscenze sugli argomenti in programma tali da permettergli di affrontare e risolvere i quesiti e le prove proposte con competenza e spirito critico. Darà luogo a valutazioni discrete il possesso da parte dello studente di una conoscenza prevalentemente mnemonica dei contenuti, senza l'elaborazione autonoma dell'apprendimento. Darà luogo a valutazioni sufficienti il raggiungimento di un bagaglio di conoscenze minimale, indirizzate alle conoscenze di base dell'apprendimento della tecnica in ambito sportivo, dell'allenamento delle componenti neuromuscolari e metaboliche in età giovanile, dell'attività motoria preventiva nella terza età. Daranno luogo a valutazioni negative le difficoltà di orientamento dello studente rispetto ai temi affrontati, le lacune formative e l'incapacità di elaborare anche le più elementari questioni applicative proposte.

Inglese

The learning assessment will be carried out through a semi-structured written test (multiple choice questions, short exercises, short essay) with the aim of evaluating the "knowledge" and the "know-how" based on the ability to rework and argue all the points of the educational program.

Excellent evaluations will be given if the student has good knowledge of the programmed topics such as to allow him to face and solve the questions and tests with competence and critical thinking.

Fair evaluations will be given if the student has a predominantly mnemonic knowledge of the contents, without autonomous learning development.

Sufficient evaluations will be given if the student has achieved a minimal knowledge base, aimed at basic knowledge of learning techniques in the sports field, training of neuromuscular and metabolic components in youth, and preventive motor activity in old age. The student's difficulties in orienting himself with respect to the topics covered, the gaps in his training and the inability to elaborate even the most elementary applicative questions proposed will give rise to negative evaluations.



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Testi adottati

Italiano

Documenti, articoli e dispense fornite dal docente

Inglese

Documents, articles and handouts provided by the teacher

Bibliografia di riferimento

Italiano

Inglese



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Modalità di svolgimento

- Modalità in presenza
 Modalità a distanza

Descrizione della modalità di svolgimento e metodi didattici adottati

Italiano

La modalità di insegnamento prevede lezioni frontali per un totale di 16 CFU, con approfondimenti di argomenti particolarmente rilevanti e tratti da pubblicazioni scientifiche, attività pratiche di laboratorio di valutazione, attività pratiche "in campo", verifiche in itinere ed esercitazioni guidate.

Inglese

The teaching method includes frontal lessons for a total of 16 CFU, with in-depth analyses of particularly relevant topics taken from scientific publications, practical evaluation laboratory activities, practical "in the field" activities, ongoing tests and guided exercises.

Modalità di frequenza

- Frequenza facoltativa
 Frequenza obbligatoria

Descrizione della modalità di frequenza

Italiano

Gli studenti non possono essere ammessi all'esame qualora le frequenze complessive in presenza per Corso Integrato siano inferiori al 60%.

Inglese

Students cannot be admitted to the exam if the overall attendance frequencies per Integrated Course are less than 60%.



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Corso di Laurea in Scienze Motorie

Ricevimento studenti

Il ricevimento studenti avviene previo appuntamento scrivendo alle seguenti e-mail:

Prof. Stefano D'Ottavio: stefano.dottavio@uniroma2.it

Prof. Gianluca Briotti: gianluca.briotti@me.com

Prof. Paolo Roberto Gabrielli: gabrielli.paoloroberto@gmail.com

Prof. Giampietro Granatelli: giampietro.granatelli@gmail.com

Prof. Andrea Capobianco: andrea.capobi@gmail.com

Prof. Michele Panzarino: michele.panzarino@me.it

Prof. Pasquale Antonio Oppido: pas_oppido@libero.it

Prof. Cristina Tonelli: cristina.tonelli@uniroma2.it