

FACOLTÀ: Psicologia

CORSO DI LAUREA: SCIENZE DELLE ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE (L-22)

INSEGNAMENTO: Didattica degli Sport Individuali

CFU: 12 (di cui 2 di attività esercitativa/laboratoriale in presenza)

EVENTUALE ARTICOLAZIONE IN MODULI: Atletica Leggera, Ginnastica Artistica, Ginnastica Ritmica, Sport da Combattimento

ANNO DI CORSO: II

NOME DOCENTE: Carlo Baldari

Indirizzo e-mail: [carlo.baldari@uniecampus.it](mailto:carlo.baldari@uniecampus.it)

I docenti possono essere contattati attraverso la sezione *Ricevimento docenti*, presente nell'area riservata del sito di Ateneo, che comprende *Ufficio virtuale*, *Sistema di messaggistica* e *Ricevimento Telefonico*.

Per le comunicazioni scritte bisogna utilizzare il *Sistema di Messaggistica*.

Orario ricevimento on line:

- ufficio virtuale del docente: Mercoledì 12:00-13:00;
- ricevimento telefonico Mercoledì 13:00-14:00 (previo appuntamento)

---

## RISULTATI DI APPRENDIMENTO DELL'INSEGNAMENTO

L'insegnamento ha l'obiettivo di far conseguire allo studente i seguenti risultati di apprendimento:

1. Con riferimento alla conoscenza e capacità di comprensione
  - a. conoscere gli aspetti teorici, metodologici, applicativi e sperimentali degli sport individuali, con peculiare riferimento a quelli proposti;
  - b. riconoscere adeguatamente gli errori di esercizio di primo approccio propri di ciascuno sport individuale trattato;
  - c. conoscere le esercitazioni volte a correggere gli errori più comuni;
  - d. conoscere la progressione didattica di avviamento alle singole discipline;
  - e. conoscere l'insieme delle capacità motorie condizionanti la prestazione, anche in relazione alle caratteristiche proprie di ciascun individuo.
2. Con riferimento alla conoscenza e capacità di comprensione applicate
  - a. possedere le conoscenze e le competenze necessarie alla programmazione, conduzione, gestione e valutazione dell'attività motoria legata agli sport individuali;
  - b. condurre appropriate correzioni agli errori di esercizio di primo approccio in modo tale da garantire un modello prestativo di base.

3. Con riferimento all'autonomia di giudizio
    - a. applicare un corretto uso delle abilità didattiche nella scelta dei metodi e dei contenuti, in relazione allo sport individuale specifico e alla loro adeguatezza verso gli obiettivi di apprendimento;
    - b. usare un corretto approccio allo sportivo in modo tale da correggere efficacemente gli errori di esercizio di primo approccio e successivi;
    - c. attraverso l'uso delle conoscenze acquisite saprà programmare e somministrare l'attività motoria adeguata in relazione alle caratteristiche dello sport e dei soggetti interessati.
  4. Con riferimento alle abilità comunicative
    - a. utilizzare i termini tecnici appropriati ai diversi sport individuali
    - b. usare un corretto linguaggio tecnico insegnando le varie discipline
- 

## PROGRAMMA DETTAGLIATO

### CONTENUTI DELL'INSEGNAMENTO (10 CFU):

Il corso intende fornire le conoscenze teorico-pratiche delle discipline degli Sport individuali trattate, ovvero atletica leggera, ginnastica/attrezzistica artistica, ginnastica ritmica e judo, nonché la loro tecnica, teoria e didattica. Lo studente apprenderà le origini degli sport individuali, gare olimpiche e loro classificazione nonché la suddivisione per categorie. Cenni saranno fatti sugli impianti sportivi teatro di tali discipline, regolamenti delle gare e sulla programmazione generale/specifica inerente ogni disciplina.

Il programma del corso:

- Introduzione agli sport individuali
- Origini e storia degli sport individuali
- Teoria, tecnica e didattica dell'atletica leggera (corse, concorsi e marcia)
- Teoria, tecnica e didattica degli esercizi di primo approccio alla ginnastica attrezzistica, degli esercizi di salto, volteggio, rotolamento, giro, rotazione
- Teoria, tecnica e didattica degli esercizi di primo approccio alla ginnastica ritmica, degli esercizi a corpo libero, con piccoli attrezzi, individuali, di coppia e di squadra
- Teoria, tecnica e didattica degli esercizi di primo approccio al judo, dell'esecuzione di tecniche dinamiche di proiezione, caduta e altre tecniche.

### ESERCITAZIONE PRATICA IN PALESTRA CAMPO (2 CFU)

- 1 CFU di avviamento all'Atletica Leggera
  - 1 CFU di generalità degli Sport Tecnico Combinatori
- 

### EVENTUALI PROPEDEUTICITÀ CONSIGLIATE

Nessuna propedeuticità consigliata



## MODALITÀ DI SVOLGIMENTO ESAME

L'esame si svolge a scelta dello studente in modalità scritta, attraverso una prova costituita da 23 domande a risposta chiusa e 2 domande a risposta aperta con eventuale orale integrativo, o in modalità orale, in base a quanto previsto dal *Regolamento per lo svolgimento degli esami di profitto* consultabile sul sito dell'Ateneo, al seguente link.

[https://www.uniecampus.it/fileadmin/user\\_upload/regolamenti/Regolamento\\_per\\_lo\\_Svolgimento\\_degli\\_esami\\_di\\_profitto.pdf](https://www.uniecampus.it/fileadmin/user_upload/regolamenti/Regolamento_per_lo_Svolgimento_degli_esami_di_profitto.pdf)

*Nota: lo svolgimento della prova d'esame è subordinato alla presenza alle attività esercitative (a cui si accede solo dopo fruizione del materiale didattico sulla piattaforma). L'apprendimento dei contenuti affrontati nelle ore di didattica in presenza verrà verificato tramite una relazione scritta (secondo le modalità comunicate dal docente) che lo studente dovrà consegnare entro 7 giorni (da contare dal giorno successivo al termine delle esercitazioni) una relazione (in formato PDF protetto) sull'attività svolta.*

*Il mancato rispetto dei termini comporterà l'annullamento dell'esame scritto, pertanto lo studente dovrà risostenere l'esame e inviare la relazione.*

*La frequenza della parte esercitativa rimarrà valida.*

---

## CRITERI DI VALUTAZIONE DELL'APPRENDIMENTO

- Con riferimento alle conoscenze e capacità di comprensione
    - a. l'esame finale valuterà la capacità dello studente di distinguere gli aspetti teorici di ciascuno sport individuale considerato;
    - b. riconoscere gli errori di esercizio di primo approccio inerenti ciascuno sport individuale considerato.
  
  - Con riferimento all'applicazione delle conoscenze e capacità acquisite
    - a. l'esame finale valuterà la capacità dello studente di correggere gli errori di esercizio di primo approccio propri di ciascuno sport individuale;
    - b. saprà programmare, condurre, gestire e valutare l'attività motoria propria di ciascuno degli sport individuali.
  
  - Con riferimento all'autonomia di giudizio, la relazione prodotta dopo le attività esercitative valuterà la capacità dello studente di:
    - a. applicare un corretto uso delle abilità didattiche nella scelta dei metodi e dei contenuti, in relazione allo sport individuale specifico e alla loro adeguatezza verso gli obiettivi di apprendimento;
    - b. usare un corretto approccio allo sportivo in modo tale da correggere efficacemente gli errori di esercizio di primo approccio e successivi;
    - c. attraverso l'uso delle conoscenze acquisite saprà programmare e somministrare l'attività motoria adeguata in relazione alle caratteristiche dello sport e dei soggetti interessati.
  
  - Con riferimento alle abilità comunicative
    - a. l'esame finale valuterà, oltre ai contenuti delle risposte, anche la capacità di utilizzare con appropriatezza i termini del linguaggio proprio di ciascuno sport individuale e di esporre efficacemente gli argomenti studiati.
- 

## CRITERI DI ATTRIBUZIONE DEL VOTO FINALE

Sulla base dei criteri di valutazione sopra indicati, l'attribuzione del voto finale avviene attraverso i seguenti criteri:

1) Criteri di attribuzione del voto alla prova scritta:

a) le risposte alle domande chiuse sono valutate su scala 0-1 punti, secondo i seguenti criteri:

- 0 = risposta errata;
- 1 = risposta corretta;

b) le risposte alle domande aperte sono valutate su scala 0-2 punti, secondo i seguenti criteri:

- 0 = risposta mancante, errata o priva di elaborazione personale;
- 1 = contestualizzazione della risposta corretta, ma con presenza di elementi non corretti o esposta in modo non efficace o incompleto;
- 2 = risposta corretta, ben esposta.

Alla prova scritta può essere attribuito un punteggio massimo di 27/30.

È possibile sostenere una prova orale integrativa per il raggiungimento di un punteggio superiore come dettagliato nel Regolamento per lo svolgimento degli esami di profitto.

2) Criteri di attribuzione del voto alla prova orale:

a) 0/30 – 17/30: prevalenza di argomentazioni non corrette e/o incomplete e scarsa capacità espositiva;

b) 18/30 – 21/30: prevalenza di argomentazioni corrette adeguatamente esposte;

c) 22/30 – 26/30: argomentazioni corrette e ben esposte;

d) 27/30 – 30/30 e lode: conoscenza approfondita della materia ed elevata capacità espositiva, di approfondimento e di rielaborazione.

---

## MATERIALE DIDATTICO

Gli studenti sono tenuti a completare la preparazione per l'esame integrando i materiali didattici disponibili sulla piattaforma (slide, videolezioni, audiolezioni, ecc.) con i seguenti volumi **obbligatori**:

Atletica Leggera:

1. Il nuovo manuale dell'istruttore di atletica leggera Centro studi e ricerche FIDAL. (<http://ecommerce.fidalservizi.it/pubblicazioni/259-il-nuovo-manuale-dell-istruttore-di-atletica-leggera.html>)

2. Regolamento tecnico internazionale per le gare di atletica leggera, 2018 ([http://www.fidal.it/upload/files/Federazione\\_documenti/2016/RTI%202018%20-%20stampa%20ufficiale.pdf](http://www.fidal.it/upload/files/Federazione_documenti/2016/RTI%202018%20-%20stampa%20ufficiale.pdf))

Sport tecnico combinatori:

3. Anna C. Cartoni, Daniela Putzu. Ginnastica artistica femminile. Tecnica, didattica e assistenza. edi-ermes. (<http://www.ediermes.it/index.php/libri/186-ginnastica-artistica-femminile.html>)

4. Anna Rita Calavalle. Ginnastica Ritmica Moderna, il ritmo i piccoli attrezzi. Editrice Montefeltro. (<https://www.unilibro.it/libro/calavalle-a-rita/ginnastica-ritmica-moderna-ritmo-piccoli-attrezzi/869515>)



5. Codice dei Punteggi 2017- 2020 Ginnastica Artistica Femminile (<http://www.federginnastica.it/documenti/documenti-federali/category/32-codice-dei-punteggi-gaf-2017-2020.html>)

6. Codice dei Punteggi 2017 – 2020 Ginnastica Artistica Maschile ([http://www.federginnastica.it/phocadownload/CDP\\_2017\\_2020/GAM/Codice%202017%20%20Aggiorn.%20gennaio%202018%20con%20tab.%20simbologia.pdf](http://www.federginnastica.it/phocadownload/CDP_2017_2020/GAM/Codice%202017%20%20Aggiorn.%20gennaio%202018%20con%20tab.%20simbologia.pdf))

7. Codice dei Punteggi 2017 – 2020 Ginnastica Ritmica ([http://www.federginnastica.it/phocadownload/CDP\\_2017\\_2020/GR/CdP%20GR%202017-20%20ITA\\_agg%20Gen.%202018.pdf](http://www.federginnastica.it/phocadownload/CDP_2017_2020/GR/CdP%20GR%202017-20%20ITA_agg%20Gen.%202018.pdf))

Judo:

8. Jigoro Kano. Kodokan Judo. Edizioni Mediterranee (<https://www.edizionimediterranee.net/edizioni-hermes/product/921-kodokan-judo>)

9. Regolamento gara 2017-2020

([https://www.fijklkam.it/images/2017-02-03\\_Nuove\\_Regole\\_Arbitrali\\_di\\_Judo\\_2017-2020.pdf](https://www.fijklkam.it/images/2017-02-03_Nuove_Regole_Arbitrali_di_Judo_2017-2020.pdf))

---

## ATTIVITÀ DIDATTICHE

Il corso di 12 CFU prevede 300 ore di lavoro per lo studente distribuite come segue:

### **Didattica online, 10 CFU:**

**Attività di Didattica Erogativa** (ore di impegno stimato per lo studente):

- 43 ore di Audiolezioni.

**Attività di Didattica Interattiva** (ore di impegno stimato per lo studente):

- 34,5 ore di Quiz;

- 5 ore di Forum.

**Attività di autoapprendimento** (ore di impegno stimato per lo studente):

- 167,5 ore (slide del corso, dispense, libri, articoli, sitografia, testi d'esame).

Più in dettaglio, le attività di didattica interattiva sono costituite essenzialmente dalle esercitazioni infracorso da svolgere: test a risposta chiusa (Quiz, l'invio è automatico), creazione di mappe concettuali (esercitazioni con feedback, da inviare telematicamente al docente usando gli strumenti dell'e-Portfolio); domande da porre al docente (FAQ). Lo svolgimento delle esercitazioni infracorso non attribuisce un punteggio extra da sommare al voto finale, o pregiudica in alcun modo l'esito finale dell'esame.

### **Didattica in presenza, 2 CFU:**

**Attività di Didattica Esercitativa:**

- 20 ore;

**Attività di autoapprendimento** (ore di impegno stimato per lo studente):  
- 30 ore (produzione della relazione sulla parte esercitativa).

---

#### CONSIGLI DEL DOCENTE

Aver superato l'esame di "Teoria dell'apprendimento motorio e metodologia didattica in età evolutiva".

