



**Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport
LM-68**

SCHEDA DI INSEGNAMENTO

ATTIVITÀ MOTORIA E SPORTIVA NELLA TERZA ETÀ

Prof. Michele PANZARINO

Scheda insegnamento

Attività motoria e sportiva nella terza età

Materia a scelta dello studente

Insegnamento: Attività motoria e sportiva nella terza età

Anno di corso: II

Semestre: II

CFU: 2

Obbligo di frequenza: Sì

Lingua di erogazione: Italiano

Cognome Nome: Michele Panzarino

E-mail: Michele.panzarino@me.com

Orario di ricevimento: previo appuntamento E-mail

Prerequisiti

Lo studente all'inizio delle attività didattiche deve possedere conoscenze di: anatomia; di terminologia tecnico specifica delle attività motorie; di teoria dell'allenamento.

Obiettivi Formativi

Il corso ha lo scopo di trasmettere le conoscenze e le competenze per organizzare, condurre e gestire attività motorie individuali o di gruppo finalizzate al miglioramento/mantenimento della salute in soggetti della terza età sia essi sedentari che sportivi.

L'insegnamento, pertanto, si propone di fornire le conoscenze teoriche-pratiche per poter progettare e sviluppare le attività di insegnamento finalizzate alle proposte motorie della terza età, focalizzando l'attenzione sull'aspetto salutare del movimento a livello psicofisico e sociale in questo periodo della vita.

Risultati di apprendimento attesi

- Conoscenze e capacità di comprensione

Lo studente magistrale dovrà essere in grado di integrare conoscenze pregresse e nuove e di elaborare in modo originale in piena autonomia; di conoscere e riconoscere l'adattamento dell'esercizio fisico alle specifiche esigenze della gruppo o del singolo

in relazione ad una logica sportiva, sociale, psico-motoria; di conoscere e di gestire volumi, intensità dell'esercizio fisico relativi a soggetti della terza età in salute oppure affetti da patologie per le quali viene suggerita la pratica di esercizio fisico adattato.

- Capacità di applicare conoscenza e comprensione

Lo studente magistrale dovrà essere in grado di sviluppare competenze critiche di elaborazione e programmazione dell'esercitazione motoria attraverso l'acquisizione e la padronanza delle basi tecniche e specifiche della attività motorie e sportive nella terza età. Inoltre, dovrà essere in grado di sviluppare strategie didattiche per proporre attività mirate e specifiche.

- Autonomia di giudizio

Lo studente magistrale dovrà essere in grado di sviluppare comportamenti orientati a valutare gli stili di vita dei soggetti che praticano attività motoria e sportiva nella terza età; a coinvolgere i praticanti in relazione agli obiettivi della pratica motoria e sportiva rendendoli consapevoli e promuovendo la ricerca della salute e del benessere della persona attraverso l'attività motoria.

- Abilità comunicative

Lo studente magistrale dovrà essere in grado di sviluppare capacità di espressione nel vocabolario tecnico-specialistico di riferimento.

- Capacità di apprendere

Lo studente magistrale dovrà essere in grado di sviluppare capacità di argomentazione relativamente all'attività motorie e sportive nella terza età anche con l'utilizzo di contenuti specifici e scientifici.

Di applicare i metodi e gli strumenti di apprendimento sviluppati per approfondire ancor di più i contenuti acquisiti, da utilizzare sia in contesti professionali che per intraprendere studi successivi. Di perfezionare, aggiornare e ampliare autonomamente le proprie conoscenze, in funzione dello specifico impiego e dell'evoluzione delle scienze motorie.

SYLLABUS

- Cenni sulla Terza età e gli aspetti fisici
- Cenni sulla Terza età e gli aspetti psicosociali
- Terza età ed i benefici dell'attività motoria e sportiva
- Terza età e sport di squadra
- Terza età e sport individuali
- Gestione e programmazione di un gruppo di lavoro di soggetti della terza età.
- Selezione e identificazione dell'attività motoria sportiva adeguata al singolo e/o al gruppo

Testi

consigliati

Dispensa fornita dal docente.

Modalità di insegnamento

L'Insegnamento è strutturato in 14 ore di didattica frontale. Le lezioni sono obbligatorie come da regolamento del Corso di Laurea e seguono l'orario delle lezioni redatto dalla segreteria.

Modalità di verifica dell'apprendimento

Gli argomenti oggetto d'esame finale rifletteranno quelli trattati durante il corso e faranno riferimento al materiale didattico fornito durante l'insegnamento.

Il voto sarà espresso in trentesimi e per superare l'esame quindi si deve raggiungere un voto non inferiore a 18/30.

La verifica potrà avvenire con modalità scritta e/o orale.

- Prova scritta: domande a scelta multipla (vero o falso) per un massimo di 30: ad ogni domanda viene specificato il punteggio ad ogni risposta non data o errata viene assegnato ad un valore di 0
- Prova orale: domande sugli argomenti del corso. La valutazione della prova orale terrà conto dei contenuti esposti e della specificità terminologica usata oltre che alla capacità di argomentare in modo costruttivo il proprio sapere, della capacità di sintesi e correlazione tra i vari argomenti.

La verifica dell'apprendimento avrà lo scopo di valutare il "sapere" e il "saper fare" basati sulla capacità di rielaborare e argomentare gli argomenti forniti dai materiali didattici di riferimento per l'esame. Durante la prova la Commissione esaminatrice valuterà la capacità di apprendimento (learning skills) da parte dello Studente nonché la capacità di applicare le conoscenze e si assicurerà che le competenze siano adeguate a sostenere e risolvere problemi relativi alla disciplina (50% del punteggio). Saranno inoltre valutati: autonomia di giudizio (making judgements) (25% del punteggio) e le abilità comunicative (communication skills) (25% del punteggio) secondo quanto indicato nei descrittori di Dublino.

Darà luogo a valutazioni di eccellenza (30 e Lode – 27) 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 (26-23) il possesso da parte dello studente di una conoscenza prevalentemente mnemonica dei contenuti e tali da consentirgli di affrontare i temi proposti in maniera meccanica e spesso acritica.

Darà luogo a valutazioni sufficienti (22-18) il raggiungimento di un bagaglio di conoscenze minimale, principalmente indirizzate al possesso dei concetti base.

Daranno luogo a valutazioni negative (< 18) le difficoltà di orientamento dello studente rispetto ai temi affrontati nei testi d'esame, le lacune formative e l'incapacità di elaborare anche le più elementari questioni applicative proposte.”

Attività di supporto

Oltre all'attività didattica, allo studente verrà data l'opportunità di partecipare a: Seminari, Internati di ricerca, frequenza in laboratorio, partecipazione ad eventi inerenti al tema del corso.

Michele Panzarino

