



# Università degli Studi di Enna “Kore”

## Facoltà di Scienze dell’Uomo e della Società

Anno Accademico 2019 – 2020

A.A.	Settore Scientifico Disciplinare		CFU	Insegnamento	Ore di aula		Mutuazione	
2019/20	M-EDF/01		9 3	<b>Teoria, Metodologia e didattica del movimento umano</b> <b>Laboratorio di Ginnastica Artistica</b>	36 24			
Classe	Corso di studi			Tipologia di insegnamento	Anno di corso e Periodo		Sede delle lezioni	
L-22	Scienze delle attività motorie e sportive			Caratterizzante	I Anno I semestre	PLESSO B - UNIKORE		
N° Modulo	Nome Modulo	Tipologia lezioni	Ore	Docente	SSD	Ruolo	Interno	Affidamento
				Dott.ssa Gina Lacramioara Berescu				

**Prerequisiti: Principi sull'attività attività motoria di base.**

**Propedeuticità Lezioni frontali e laboratori pratici.**

**Obiettivi formativi:**

Il corso si prefigge di trasmettere agli studenti i fondamenti tecnici e teorici della ginnastica artistica ed i relativi approcci didattici. Sapersi orientare nella programmazione della attività sportive e nella costruzione degli esercizi al corpo libero e grandi attrezzi

**Risultati di apprendimento (Descrittori di Dublino):**

**Conoscenza e capacità di comprensione:**

**Conoscenza e capacità di comprensione applicate:**

**Autonomia di giudizio:**



**Università degli Studi di Enna “Kore”  
Facoltà di Scienze dell’Uomo e della Società**

**Abilità comunicative:**

**Capacità di apprendere:**

**Contenuti e struttura del corso**

**Lezioni frontali:**

<b>N.</b>	<b>ARGOMENTO</b>	<b>TIPOLOGIA</b>	<b>DURATA</b>
1	<i>Schema corporeo ; Capacità motorie; Schemi motori di base</i>		
2	<i>Nomenclatura Ginnastica e parti esterne del corpo; Assi e piani fondamentali del corpo</i>		
3	<i>Atteggiamenti, posizioni ed attitudini; Tipi di prese</i>		
4	<i>Movimenti ginnastici ed esercizio Ginnastico ; posizioni ed esercizi delle singole parti del corpo</i>		
5	<i>Esercizi combinati; Andature ginnastiche; Passi, Balzi, Saltelli e salti ginnastici</i>		
6	<i>Progressione Ginnastica; La lezione di ginnastica artistica. Mobilità articolare</i>		
7	<i>Attrezzi codificati e non codificati; Didattica della capovolta avanti e capovolta indietro, Tipi di assistenza</i>		
8	<i>Didattica della verticale , equilibrio statico e dinamico con utilizzo di piccoli e grandi attrezzi codificati e non codificati ; Trave ginnica</i>		
9	<i>Corpo libero- specificità dell’attrezzo e schemi motori di base; Aspetti coordinativi nella preparazione acrobatica; Esercizi combinati</i>		
10	<i>Circuiti e percorsi per l’apprendimento degli schemi motori (rotazioni avanti e indietro) con utilizzo di grandi attrezzi</i>		

**Attività esercitative / Lavoro di gruppo:**



**Università degli Studi di Enna “Kore”  
Facoltà di Scienze dell’Uomo e della Società**

**Testi adottati**

Testi principali:

Materiale didattico a disposizione degli studenti: Dispense a cura del Docente

Testi di riferimento:

Testi di approfondimento: Carmine Luppino - Ginnastica Artistica Femminile - Tecnica Didattica Metodologia Assistenza

**Modalità di accertamento delle competenze**

**Orari di lezione e date di esame**

Gli orari di lezione saranno pubblicati sulla pagina web del corso di laurea almeno due mesi prima dell’inizio delle lezioni:

<https://www.unikore.it/index.php/it/scienze-attivita-motoria-sportiva-attivita-didattiche/scienze-delle-attivita-motorie-e-sportive-calendario-lezioni>

**Modalità e orari di ricevimento**

**Note**