# Teoria, tecnica e didattica degli sport natatori

## Prof. Roberto Randetti

***OBIETTIVO DEL CORSO E RISULTATI DI APPRENDIMENTO ATTESI***

Fornire agli Studenti le conoscenze scientifiche, metodologiche e didattiche adeguate per progettare, svolgere e far svolgere attività motoria in ambiente acquatico.

Al termine del corso gli studenti conseguiranno:

– *Conoscenza e capacità di comprensione (knowledge and understanding)*: La conoscenza culturale di base sulla relazione che esiste fra l’uomo e l’acqua, l’ambiente acquatico, il comportamento acquatico e gli schemi motori acquatici di base, i principi fisici dell’attività natatoria e applicazione alle nuotate, analisi tecnica delle varie nuotate, organizzazione didattica delle attività natatorie, figura e ruolo dell’istruttore; influenza della comunicazione verbale e non verbale.

– *Conoscenza e capacità di comprensione applicate (applying knowledge and understanding)*: La capacità di applicare praticamente sia come allievo (es.: dimostrazione di acquisizione di schemi motori acquatici di base, capacità di combinazione di movimenti differenti) sia come insegnante (es.: capacità di conduzione di un gruppo, impostazione di attività didattica) ciò che si è appreso.

– *Autonomia di giudizio (making judgements)*: La capacità di: effettuare una analisi della situazione iniziale e di impostare le relative azioni didattiche, rilevare gli errori principali ed effettuare loro correzione, rilevare le situazioni non usuali e impostare le relative azioni di gestione.

– *Abilità comunicative (communication skills)*:La capacità di trasferire le conoscenze e competenze ai propri allievi, saper comunicare informazioni tecniche sia a specialisti che ai propri allievi.

– *Capacità di apprendere (learning skills)*:La capacità di applicare orizzontalmente conoscenze e competenze, dimostrando di aver appreso nozioni da un testo a scelta fra quelli proposti.

***PROGRAMMA DEL CORSO***

L’uomo e l’acqua.

Evoluzione del comportamento acquatico.

Schemi motori terrestri ed acquatici.

Le capacità senso-percettive: gli analizzatori.

Ambientamento ed acquaticità: caratteristiche ed obiettivi.

Principi e analisi tecnica delle nuotate.

Organizzazione didattica dell’attività natatoria.

Figura e comportamento dell’istruttore.

Comunicazione verbale e non verbale.

Attività pratica riferita ai contenuti teorici.

Esercitazioni tecnico-coordinative.

Progressione didattica degli stili natatori.

Impostazione didattica, perfezionamento e sensibilizzazione dei quattro stili e di partenze e virate.

***BIBLIOGRAFIA[[1]](#footnote-1)***

Garozzo-Randetti, *Lo Sviluppo della Competenza Acquatica,* Vita e Pensiero, 2015. [*Acquista da VP*](https://librerie.unicatt.it/scheda-libro/roberto-randetti-claudio-garozzo/lo-sviluppo-della-competenza-acquatica-9788834324905-222274.html)

***DIDATTICA DEL CORSO***

Lezioni in aula, lavori pratici guidati, progetti o lavori sul campo, attività pratica in piscina.

***METODO E CRITERI DI VALUTAZIONE***

1 Parte pratica

Prima prova pratica: m. 100 misti (criterio di valutazione: corretta esecuzione biomeccanica del tuffo di partenza, dei vari stili e relative virate).

– Seconda prova pratica:

\* m. 100 Stile Libero (criterio di valutazione secondo il tempo impiegato a completare la prova).

\* m. 12,5 in immersione (criterio di valutazione: verifica della completa immerssione del corpo, raggiungimento della distanza).

\* Sostentamento (criterio di valutazione: corretta esecuzione biomeccanica).

\* Esercizi didattici (criterio di valutazione: verifica della capacità di interpretare la richiesta e di applicazione pratica efficace ed efficiente).

\* Virata (criterio di valutazione: corretta esecuzione biomeccanica).

2 Parte teorica

Prova scritta: Questionario scritto di 30 domande a risposta multipla (criteri di valutazione: verifica della conoscenza degli argomenti teorici sia tratti dal libro di testo sia acquisiti durante le lezioni).

Esame orale (criteri di valutazione: chiarezza espositiva, conoscenza della materia, riflessione critica, capacità di collegare le parti teoriche a potenziali scenari di insegnamento).

*“L’insegnamento, oltre alle ore teoriche, prevede ore di attività didattica pratica (Corsi distinti e laboratori) con frequenza obbligatoria per almeno il 70% delle ore”.*

***AVVERTENZE E PREREQUISITI***

L’attività di laboratorio prevede lo svolgimento pratico in piscina. Tutti gli studenti dovranno svolgere tali attività. Non sono richiesti prerequisiti.

*Orario e luogo di ricevimento*

Il Prof. Roberto Randetti riceverà gli studenti prima e dopo le lezioni pratiche in piscina o concordando un appuntamento.

1. I testi indicati nella bibliografia sono acquistabili presso le librerie di Ateneo; è possibile acquistarli anche presso altri rivenditori. [↑](#footnote-ref-1)