

SCIENCES AND TECHNIQUES OF PREVENTIVE AND ADAPTED

(Università degli Studi)

Teaching

GenCod A008767

Owner professor DARIO COLELLA

Teaching in italian TEORIA E METODOLOGIA DELLE ATTIVITA' MOTORIE PER LA PROMOZIONE DELLA

Teaching

SSD code M-EDF/01

Reference course SCIENCES AND TECHNIQUES OF PREVENTIVE AND

Course type Laurea Magistrale

Credits 7.0

Teaching hours Front activity hours: 56.0

For enrolled in 2025/2026

Taught in 2025/2026

Course year 1

Language

Curriculum PERCORSI COMUNE/GENERICO

Location

Semester Second Semester

Exam type

Assessment

Course timetable

<https://easyroom.unisalento.it/Orario>

BRIEF COURSE DESCRIPTION

Le tematiche essenziali ed il filo conduttore dell'insegnamento riguardano due macro indirizzi: la didattica delle attività motorie *evidence-based* e la didattica basata sui *modelli* d'intervento nei diversi contesti per la promozione della salute attraverso le attività motorie.

Temi essenziali: le linee guida per la promozione delle attività fisiche e la prevenzione delle abitudini sedentarie (Who, 2020; 2022); l'insegnamento-apprendimento di competenze motorie, i modelli dell'apprendimento motorio, l'analisi del compito motorio e la didattica lineare e non-lineare, la didattica delle attività motorie e sportive adattate, la valutazione motoria secondo il paradigma normativo (comparativo) e criteriale (non comparativo).

I contenuti essenziali ed irrinunciabili dell'insegnamento si svolgeranno secondo il seguente percorso: presentazione dei modelli per la promozione della salute nelle popolazioni; il processo di alfabetizzazione motoria e l'analisi delle finalità dell'educazione fisica e dello sport per la crescita della persona; i progetti multicomponente; i modelli dell'apprendimento motorio; il modello dell'insegnamento per competenze motorie, la personalizzazione e l'adattamento del compito motorio ed i relativi parametri.

In particolare, i contenuti dell'insegnamento comprendono i seguenti temi: linee guida internazionali per la promozione della salute attraverso l'attività fisica, i metodi per la valutazione dei livelli di attività fisica; gli strumenti per la valutazione dei livelli di attività fisica; la prescrizione dell'esercizio fisico ed i rapporti dose-riposta (Modello MVPA; esercizio-Met); la metodologia dell'apprendimento motorio; l'analisi strutturale e funzionale della competenza motoria, gli stili e le strategie d'insegnamento; il modello TARGET; il modello della Didattica non-lineare ed i modelli organizzativi di scuola attiva (estensione, espansione, sviluppo dell'educazione fisica e delle attività motorie curricolari; Modello TARGET; gli EAS); le pause attive per aumentare i livelli di attività fisica e promuovere l'apprendimento motorio; l'analisi dei modelli e dei metodi di valutazione motoria (modello parametrico e non-parametrico); la valutazione posturale in relazione alla prevenzione, la cura e l'apprendimento motorio; lo studio del contributo delle tecnologie per la didattica delle attività motorie nei diversi contesti. L'insegnamento prevede lo svolgimento di attività teorico-pratiche modulari in cui saranno presentati percorsi didattici attraverso differenti stili d'insegnamento.

REQUIREMENTS

Le conoscenze e le abilità previste per tale insegnamento riguardano: il processo di alfabetizzazione motoria; le finalità dell'educazione fisica e dello sport per la crescita della persona; l'attività fisica e sportiva adattata; l'ICF (struttura e finalità); l'adattamento motorio ed i relativi parametri; le tappe dell'apprendimento e dello sviluppo motorio; il valore preventivo delle attività motorie e sportive nelle diverse età; gli stili e le strategie d'insegnamento; la conoscenza delle linee guida e delle raccomandazioni per la pratica motoria (WHO,2020)

COURSE AIMS

- Riconoscere il modello ecologico di Bronfenbrenner per la pratica di attività fisiche *health-oriented*;
- Analizzare le Linee guida per la promozione dell'attività fisica in età infantile e giovanile, adulta ed anziana; popolazioni speciali (WHO,2020; 2018-2030);
 - Individuare ed analizzare le strategie per la promozione degli stili di vita fisicamente attivi finalizzati al processo educativo ed alla prevenzione delle patologie nelle comunità; con particolare riferimento a contesti diversi: famiglia, scuola, sport, distretto-quartiere (rete HEPA - EU);
 - Analizzare le metodologie per la valutazione dei livelli di attività fisica (self-report, oggettivi);
 - Riconoscere e distinguere, ai fini della progettazione, i parametri del carico motorio;
 - Analizzare le modalità per la prescrizione/adattamento dell'esercizio fisico
 - Redigere un piano di attività adattate alle differenze individuali;
 - Individuare gli obiettivi del processo formativo per le diverse età e bisogni: prestazione, salute e benessere, apprendimento motorio;
 - *Definire, progettare, condurre e valutare* la Physical Literacy: come progettare, condurre e valutare percorsi didattici per l'apprendimento di abilità motorie e lo sviluppo delle capacità motorie
 - Distinguere le Metodologie dell'apprendimento motorio;
 - Analizzare il processo di apprendimento-insegnamento delle competenze motorie (alfabetizzazione motoria attraverso il gioco, l'espressività corporea e drammatizzazione; l'avviamento allo sport);
 - Riconoscere e distinguere gli stili e le strategie d'insegnamento
 - Redigere un piano didattico di attività motorie preventive e adattate e presentarlo praticamente
 - Individuare e distinguere i contributi delle tecnologie per il processo didattico e di inclusione attraverso l'attività fisica e lo sport

TEACHING METHODOLOGY

Lezioni teoriche in aula; lezioni ed esercitazioni pratiche in palestra o altro ambiente attrezzato; laboratorio per l'apprendimento e la stesura di percorsi didattici; flipped classroom

ASSESSMENT TYPE

Esame orale sui contenuti teorici e pratici svolti; Esame scritto attraverso la presentazione di un piano didattico relativo alle attività motorie *health oriented*

Prerequisiti

Le conoscenze e le abilità previste per tale insegnamento riguardano: il processo di alfabetizzazione motoria; le finalità dell'educazione fisica e dello sport per la crescita della persona; l'attività fisica e sportiva adattata; l'ICF (struttura e finalità); l'adattamento motorio ed i relativi parametri; le tappe dell'apprendimento e dello sviluppo motorio; il valore preventivo delle attività motorie e sportive nelle diverse età; gli stili e le strategie d'insegnamento.

Breve descrizione del corso

Le tematiche essenziali ed il filo conduttore dell'insegnamento riguardano due macro indirizzi: la didattica delle attività motorie *evidence-based* e la didattica basata sui *modelli* d'intervento nei diversi contesti per la promozione della salute attraverso le attività motorie.

Temi essenziali: le linee guida per la promozione delle attività fisiche e la prevenzione delle abitudini sedentarie (Who, 2020; 2022); l'insegnamento-apprendimento di competenze motorie, i modelli dell'apprendimento motorio, l'analisi del compito motorio e la didattica lineare e non-lineare, la didattica delle attività motorie e sportive adattate, la valutazione motoria secondo il paradigma normativo (comparativo) e criteriale (non comparativo).

I contenuti essenziali ed irrinunciabili dell'insegnamento si svolgeranno secondo il seguente percorso: presentazione dei modelli per la promozione della salute nelle popolazioni; il processo di alfabetizzazione motoria e l'analisi delle finalità dell'educazione fisica e dello sport per la crescita della persona; i progetti multicomponente; i modelli dell'apprendimento motorio; il modello dell'insegnamento per competenze motorie, la personalizzazione e l'adattamento del compito motorio ed i relativi parametri.

In particolare, i contenuti dell'insegnamento comprendono i seguenti temi: linee guida internazionali per la promozione della salute attraverso l'attività fisica, i metodi per la valutazione dei livelli di attività fisica; gli strumenti per la valutazione dei livelli di attività fisica; la prescrizione dell'esercizio fisico ed i rapporti dose-riposta (Modello MVPA; esercizio-Met); la metodologia dell'apprendimento motorio; l'analisi strutturale e funzionale della competenza motoria, gli stili e le strategie d'insegnamento; il modello TARGET; il modello della Didattica non-lineare ed i modelli organizzativi di scuola attiva (estensione, espansione, sviluppo dell'educazione fisica e delle attività motorie curricolari; Modello TARGET; gli EAS); le pause attive per aumentare i livelli di attività fisica e promuovere l'apprendimento motorio; l'analisi dei modelli e dei metodi di valutazione motoria (modello parametrico e non-parametrico); la valutazione posturale in relazione alla prevenzione, la cura e l'apprendimento motorio; lo studio del contributo delle tecnologie per la didattica delle attività motorie nei diversi contesti. L'insegnamento prevede lo svolgimento di attività teorico-pratiche modulari in cui saranno presentati percorsi didattici attraverso differenti stili d'insegnamento.

Obiettivi formativi

- Riconoscere il modello ecologico di Brofenbrenner per la pratica di attività fisiche *health-oriented*;
- Analizzare le Linee guida per la promozione dell'attività fisica in età infantile e giovanile, adulta ed anziana; popolazioni speciali (WHO,2020; 2018-2030);
- Individuare ed analizzare le strategie per la promozione degli stili di vita fisicamente attivi finalizzati al processo educativo ed alla prevenzione delle patologie nelle comunità; con particolare riferimento a contesti diversi: famiglia, scuola, sport, distretto-quartiere (rete HEPA - EU);
- Analizzare le metodologie per la valutazione dei livelli di attività fisica (self-report, oggettivi);
- Riconoscere e distinguere, ai fini della progettazione, i parametri del carico motorio;
- Analizzare le modalità per la prescrizione/adattamento dell'esercizio fisico
- Redigere un piano di attività adattate alle differenze individuali;
- Individuare gli obiettivi del processo formativo per le diverse età e bisogni: prestazione, salute e

benessere, apprendimento motorio;

- *Definire, progettare, condurre e valutare* la Physical Literacy: come progettare, condurre e valutare percorsi didattici per l'apprendimento di abilità motorie e lo sviluppo delle capacità motorie
- Distinguere le Metodologie dell'apprendimento motorio;
 - Analizzare il processo di apprendimento-insegnamento delle competenze motorie (alfabetizzazione motoria attraverso il gioco, l'espressività corporea e drammatizzazione; l'avviamento allo sport);
 - Riconoscere e distinguere gli stili e le strategie d'insegnamento
 - Redigere un piano didattico di attività motorie preventive e adattate e presentarlo praticamente
 - Individuare e distinguere i contributi delle tecnologie per il processo didattico e di inclusione attraverso l'attività fisica e lo sport

Metodi didattici

Lezioni teoriche in aula; lezioni ed esercitazioni pratiche in palestra o altro ambiente attrezzato; laboratorio per l'apprendimento e la stesura di percorsi didattici; flipped classroom

Modalità di verifica dell'apprendimento

Modalità di esame

Esame orale sui contenuti teorici e pratici svolti; Presentazione di un piano didattico relativo alle attività motorie *health oriented*

Testi di riferimento

Schmidt R., Lee, T.D. (2011). Controllo motorio e apprendimento. Calzetti Mariucci, tr.it; con particolare riferimento ai capitoli: 2; 3; 8; 9, 10; 11.

Bortoli L., Robazza C., (2016). L'apprendimento delle abilità motorie. Due approcci tra confronto ed integrazione. *SDS – Rivista di cultura sportiva*, 109,24-34 (articolo)

Colella, D. Morano, L., Bortoli, L. (2007). Metodi di valutazione dei livelli di attività fisica, *SdS*, 73. https://www.academia.edu/29327339/Metodi_di_valutazione_deilivelli_di_attivit%C3%A0_fisica

Casolo, G. & Frattini G. (2021) Educazione motoria Percorsi ludici di apprendimento. Brescia: Scholè.

Colella, D. (2019). Insegnamento e apprendimento delle competenze motorie. *Processi e Relazioni. Formazione & Insegnamento*, XVII,3,73-88. doi: 10.7346/feis-XVII-03-19_07.

Norton K. et al. (2010) Position statement on physical activity and exercise intensity terminology, *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13, 496-502.

Colella, D. & Lanza, M. (2020). Modelli e metodi della valutazione. In A. Ceciliani (a cura di), *Educazione motoria nella scuola primaria*, Roma: Carocci; pp. 141-161.

Colella, D., Bellantonio, S., D'Arando, C., & Monacis, D. (2020). Interventions for the promotion of motor activities in primary school. Assessment of motor performance in relation to perceived self-efficacy and enjoyment. *Italian Journal of Educational Research*, 25, 49-62. <https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/sird/article/view/4363>

Colella, D. (2022). *La valutazione delle abilità motorie nella scuola primaria. Le prove MOBAC*. Lecce: - Pensa Multimedia.

Bellucci, M., Cilia, G. et al. (2022). La terminologia tecnica del movimento umano: Calzetti Mariucci: Torgiano.

REFERENCE TEXT BOOKS

- Schmidt R., Lee, T.D. (2011). *Controllo motorio e apprendimento*. Calzetti Mariucci, tr.it; con particolare riferimento ai capitoli: 2; 3; 8; 9, 10; 11.
- Bortoli L., Robazza C., (2016). L'apprendimento delle abilità motorie. Due approcci tra confronto ed integrazione. *SDS – Rivista di cultura sportiva*, 109,24-34 (articolo)
- Colella, D. Morano, L., Bortoli, L. (2007). Metodi di valutazione dei livelli di attività fisica, *SdS*, 73. https://www.academia.edu/29327339/Metodi_di_valutazione_deilivelli_di_attivit%C3%A0_fisica
- Casolo, G. & Frattini G. (2021) *Educazione motoria Percorsi ludici di apprendimento*. Brescia: Scholè.
- Colella, D. (2019). Insegnamento e apprendimento delle competenze motorie. *Processi e Relazioni. Formazione & Insegnamento*, XVII,3,73-88. doi: 10.7346/feis-XVII-03-19_07.
- Norton K. et al. (2010) Position statement on physical activity and exercise intensity terminology, *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13, 496-502.
- Colella, D. & Lanza, M. (2020). Modelli e metodi della valutazione. In A. Cecilian (a cura di), *Educazione motoria nella scuola primaria*, Roma: Carocci; pp. 141-161.
- Colella, D., Bellantonio, S., D'Arando, C., & Monacis, D. (2020). Interventions for the promotion of motor activities in primary school. Assessment of motor performance in relation to perceived self-efficacy and enjoyment. *Italian Journal of Educational Research*, 25, 49-62. <https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/sird/article/view/4363>
- Colella, D. (2022). *La valutazione delle abilità motorie nella scuola primaria. Le prove MOBAK*. Lecce: - Pensa Multimedia.
- AA.VV. (Colella, D.; Ladogana, M.; Monacis, D. Eds) (2024). *Il Gioco nelle attività motorie in età evolutiva. Teorie e modelli d'intervento educativo. Nuovi paradigmi e nuovi scenari*. Bari: Progedit. Due capitoli a scelta dello studente.
- Bellucci, M., Cilia, G. et al. (2022). *La terminologia tecnica del movimento umano*: Calzetti Mariucci: Torgiano.
- Per gli Studenti non frequentanti inoltre: Cereda, F. (2023). *Models in physical education. From pedagogical perspective to practice*. Roma: Tab edizioni. cap 2-4-5-7.