



Università degli Studi di Verona
Corso di Laurea in Scienze delle attività motorie e sportive
A.A. 2008/2009

***Didattica applicata alle
attività sportive
Attività con neve***

Docente
Prof. ANDRO FERRARI

Obiettivi del Corso

Far conoscere agli allievi le tecniche delle discipline dello sci alpino e dello snowboard. Approfondire i metodi di preparazione atletica, di fisiologia e di fisica ad essi applicati.

Programma del Corso

- | | | |
|------------|------------------|---|
| 1° LEZIONE | 08 ottobre 2008 | <ul style="list-style-type: none">- Presentazione docente;- Presentazione programma;- Storia dello sci;- Lo sci moderno;- Proiezione video |
| 2° LEZIONE | 15 ottobre 2008 | <ul style="list-style-type: none">- La progressione tecnica dello sci:<ul style="list-style-type: none">- Terminologia- Fisica applicata allo sci- Progressione tecnico-didattica |
| 3° LEZIONE | 22 ottobre 2008 | <ul style="list-style-type: none">- La progressione tecnica dello Snow<ul style="list-style-type: none">- proiezione video- testo metodologico |
| 4° LEZIONE | 29 ottobre 2008 | <ul style="list-style-type: none">- Il bambino e lo sci |
| 5° LEZIONE | 05 novembre 2008 | <ul style="list-style-type: none">- I materiali, l'agonismo |
| 6° LEZIONE | 12 novembre 2008 | <ul style="list-style-type: none">- Regole, Normativa, Piste e Gare- La preparazione atletica |

7/8° LEZIONE 28 novembre 2008

ore 14.30 Palazzetto dello Sport

- La preparazione atletica dello sci
a seguire
- La preparazione atletica dello Snowboard

9° - 10° - 11° LEZIONE -

Esercitazioni pratiche con maestri di sci e snowboard

Località: Fondo Grande di Folgaria

Date: Sabati del mese di gennaio da stabilire

Orario: 09.00 – 11.00 / 13.00 – 15.00

Partenza pullman ore 06.30 presso Facoltà

Modalità d'esame

Esame a prova scritta con domande a risposta multipla

Testi consigliati

Testo Ufficiale per l'insegnamento dello sci alpino – FISCI / CONI

Testo Ufficiale per l'insegnamento dello snowboard – FISCI / CONI

La preparazione atletica dello Snowboard - Andro Ferrari

e-mail

andro.ferrari@provincia.tn.it

Orario di ricevimento (previo appuntamento telefonico o via e-mail)

Giorno

Ora