

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA 2017/2018
CORSO DI LAUREA IN SCIENZE MOTORIE, SPORT E SALUTE
L-22 – ex DM 17/2010

PROPOSTA DI ATTIVITÀ DIDATTICA ELETTIVA (MATERIA OPZIONALE)

Titolo dell'insegnamento: Fondamenti della Capoeira

Macroarea di appartenenza: Discipline motorie e sportive - I anno

Tutor/Responsabile: Prof. Massimo Gulisano

Collaboratori: Jefferson Santos Souza De Jesus

Destinazione: Studenti del I anno del Corso di Laurea in Scienze Motorie, Sport e Salute, ma anche studenti di altri Corsi di laurea dell'Ateneo

Studenti min-max: 5-25

Sede di svolgimento: Palestra FUNDANZA, Piazza Luigi Dallapiccola, 13, 50144, Firenze

CFU: 3

Periodo di svolgimento: Il semestre

Obiettivi: Conoscere gli elementi di base dei fondamenti della Capoeira e gli elementi di base motoria per lo svolgimento della disciplina attraverso la musica.

Programma: È articolato in ore di teoria ed ore di pratica. Il corso è stato così organizzato:

Una prima parte con le lezioni teoriche durante le quali sono trattati i seguenti argomenti:

- 1- Storia della Capoeira
- 2- Fondamenti teorici della Capoeira
- 3- Filosofia della Capoeira
- 4- Fondamenti dei movimenti base della Capoeira
- 5- Nascita dei ritmi percussivi nella Capoeira

Una seconda parte con le lezioni pratiche così suddivise:

- 1- Preparazione fisica aerobica e anaerobica della Capoeira
- 2- Movimenti base della Capoeira
- 3- Parte motoria della Capoeira
- 4- I ritmi musicali della Capoeira

Valutazione: Prova pratica e colloquio (non è prevista votazione)