



**CORSO DI STUDIO** *Scienze delle Attività Motorie e Sportive*

**ANNO ACCADEMICO** 2023-2024

**DENOMINAZIONE DELL'INSEGNAMENTO** *CHINESIOLOGIA*

*SPORTIVA-SPORTS KINESIOLOGY*

Principali informazioni sull'insegnamento	
Anno di corso	II e III Anno
Periodo di erogazione	II Semestre
Crediti formativi universitari (CFU/ETCS):	2
SSD	M-EDF 01
Lingua di erogazione	Italiano
Modalità di frequenza	Facoltativa

Docente	
Nome e cognome	Vito Attorre
Indirizzo mail	<a href="mailto:Vito.attorre@uniba.it">Vito.attorre@uniba.it</a> – <a href="mailto:vitoattorre@gmail.com">vitoattorre@gmail.com</a>
Telefono	3493154933
Sede	CUS Bari
Sede virtuale	1tkrrc0 codice teams
Ricevimento	Dopo ogni lezione

Organizzazione della didattica			
Ore			
Totali	Didattica frontale	Pratica (laboratorio, campo, esercitazione, altro)	Studio individuale
50	20		30
CFU/ETCS			
2	2		

<b>Obiettivi formativi</b>	<i>Il corso si propone di contribuire alla conoscenza in ambito preventivo e rieducativo del movimento, fornendo conoscenze dei metodi, tecniche di interventi educativi e applicazione delle competenze acquisite. Questo corso tende ad affrontare la centralità dell'attività motoria quale strumento per la prevenzione, autonomia ed efficienza, finalizzato alla salute al benessere ed alla qualità della vita, oltre che alla prevenzione e rieducazione degli sportivi.</i>
----------------------------	--

<b>Prerequisiti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conoscenze di Fisiologia articolare.</li> <li>• Fondamenti di Anatomia dell'apparato muscolo scheletrico.</li> <li>• Conoscenze di base di anatomia e fisiologia del movimento umano.</li> </ul>
<b>Metodi didattici</b>	Lezioni frontali ed Esemplicazioni in Aula
<b>Risultati di apprendimento previsti</b>	
<b>DDI Conoscenza e capacità di comprensione</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saper fare una valutazione biomeccanica dei movimenti di base e di quelli sportivi,</li> <li>• Riconoscere articolazioni in azione, i muscoli coinvolti,</li> <li>• Conoscere le tipologie di contrazione muscolare realizzate, lo scopo delle contrazioni,</li> <li>• Comprendere i sistemi neurologici richiesti al controllo del movimento.</li> <li>• Conoscere e identificare le catene muscolari e cinetiche</li> <li>• Essere in grado di riconoscere i paramorfismi e strutturare un programma che miri alla prevenzione ed eventualmente ad un trattamento</li> </ul>



<b>DD2 - Capacità di applicare conoscenza e comprensione</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Essere in grado di sviluppare un intervento chinesiológico finalizzato alla prevenzione miglioramento della gestualità di base e della gestualità tecnica per gli sportivi ai vari livelli</li></ul>
<b>DD3 - Autonomia di Giudizio</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Essere in grado di integrare i concetti fondamentali della biomeccanica applicata dei movimenti di base, dei gesti sportivi, della chinesiológica degli esercizi fisici, della fisiologia umana con le evidenze scientifiche nel settore dell'allenamento sportivo per strutturare correttamente il piano delle esercitazioni funzionali al miglioramento della componente tecnica della prestazione sportiva.</li></ul>
<b>DD4 - Abilità Comunicative</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Essere in grado di esporre in forma verbale e scritta il piano di intervento chinesiológico come formulato.</li></ul>
<b>DD5 - Capacità di apprendimento</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Essere in grado di ricercare autonomamente le nozioni necessarie a formulare i piani di intervento in funzione degli obiettivi prefissati.</li></ul>
<b>Contenuti di insegnamento (Programma)</b>	<p><i>Assi e Piani del corpo umano, le posture e i movimenti</i> <i>Nozioni di Continuità Cinetica - Catene Cinetiche - Catene Muscolari - Catene Miofasciali</i> <i>IL RACHIDE NEL SUO INSIEME. Le curve del rachide nel loro insieme. Divisioni funzionali del rachide. Gli elementi di connessione intervertebrale. Il disco intervertebrale. La flessione-estensione, la flessione laterale, la rotazione del rachide nel suo insieme. Problematiche connesse con il rachide e prevenzione Scoliosi, Atteggiamento Scoliotico. Cifosi, ipercifosi dorsale, Il rachide lombare nel suo insieme. Le vertebre lombari. Flessione-estensione e inclinazione. Rotazione nel rachide lombare. I muscoli del tronco. I muscoli della parete addominale. Statica del rachide lombare in posizione eretta. lordosi lombare e iperlordosi. attività preventiva e funzionale alla prevenzione e recupero delle deviazioni del rachide I muscoli della respirazione. Rapporto di antagonismo-sinergia fra il diaframma ed i muscoli addominali.</i> <i>La struttura e la funzione dell'anca. La capsula ed i legamenti. Le strutture di supporto situate all'interno e all'esterno dell'articolazione. Muscoli flessori, estensori, abduttori, adduttori e rotatori. L'articolazione sacro-iliaca. I legamenti dell'articolazione sacro-iliaca. La nutazione e la contro-nutazione.</i> <i>La struttura e la funzione del ginocchio. Capsula e legamenti. I menischi. I movimenti della rotula sul femore e sulla tibia. I legamenti collaterali. La stabilità antero-posteriore. I legamenti crociati. La stabilità del ginocchio in rotazione. I muscoli estensori, flessori e rotatori.</i> <i>La struttura e la funzione della caviglia. I legamenti della tibio-tarsica. La stabilità antero-posteriore e trasversa. Le articolazioni peroneo-tibiali.</i> <i>La struttura e la funzione del piede. Le articolazioni prossimali: tibio-tarsica, sotto-astragolica, medio-tarsica. La dorsiflessione e la flessione plantare, l'adduzione e l'abduzione, l'inversione e l'eversione. Le articolazioni distali: tarso-metatarsali, metatarso-falangee, interfalangee. La flessione e l'estensione, l'abduzione e l'adduzione delle dita. I muscoli della caviglia e del piede. Le volte plantari. Problematiche inerenti le Anche e le ginocchia e la loro prevenzione. Problematiche inerenti la volta plantare e la prevenzione</i></p>
<b>Testi di riferimento</b>	<i>Materiale fornito dal Docente</i>
<b>Note ai testi di riferimento</b>	
<b>Materiali didattici</b>	<a href="https://drive.google.com/drive/folders/16RNHf8nYg-rVcH2Njt5JQahG3CkGwbFS?usp=drive_link">https://drive.google.com/drive/folders/16RNHf8nYg-rVcH2Njt5JQahG3CkGwbFS?usp=drive_link</a>

<b>Valutazione</b>	
--------------------	--



Modalità di verifica dell'apprendimento	<p><i>Eventuali prove scritte in itinere, avranno valore soltanto didattico – auto valutativo.</i></p> <p><i>Generalmente l'esame orale verte su una parte richiesta dalla commissione ed una parte a scelta del candidato.</i></p>
Criteri di valutazione	<p><i>Alla fine del Corso lo studente dovrà dimostrare di aver acquisito Conoscenze; Abilità e Competenze relativamente al programma specifico in relazione a:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Conoscenza e capacità di comprensione:</b><ul style="list-style-type: none"><li>• capacità di organizzare discorsivamente la conoscenza dimostrando padronanza dei fondamenti teorici e pratici della disciplina</li></ul></li><li>• <b>Conoscenza e capacità di comprensione applicate:</b><ul style="list-style-type: none"><li>• competenze idonee a ad applicare le conoscenze in un sistema operativo che prevede l'intervento in contesti sportivi</li></ul></li><li>• <b>Autonomia di giudizio:</b><ul style="list-style-type: none"><li>• capacità di ragionamento critico su quanto appreso</li><li>• saper ricercare e discriminare le fonti attendibili delle informazioni</li></ul></li><li>• <b>Abilità comunicative:</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Capacità di esporre ed articolare in maniera adeguata gli apprendimenti utilizzando un linguaggio scientifico appropriato</li></ul></li><li>• <b>Capacità di apprendimento:</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Capacità interpretare e contestualizzare i contenuti</li></ul></li></ul>
Criteri di misurazione dell'apprendimento e di attribuzione del voto finale	<p><i>La valutazione dell'esame di Chinesiologia Sportiva è attribuito in trentesimi. L'esami si intende superato quando la valutazione è uguale o maggiore di 18/30mi. con la possibilità di conseguire la Lode. Durante l'esame, lo studente deve dimostrare di avere conoscenza degli argomenti oggetto di studio e di aver compreso le tematiche relative agli stessi, nonché di essere giunto ad un livello di conoscenza tale da sviluppare in maniera autonoma argomentazioni interpretative</i></p> <p><i>1) Mancato superamento della prova: insufficiente conoscenza dei contenuti del corso, insufficiente capacità valutativa e argomentativa, carenza delle conoscenze di base.</i></p> <p><i>2) da 18 a 21: preparazione sufficiente o appena più che sufficiente; conoscenza minima degli istituti e delle problematiche affrontate nel corso; presenza di lacune non particolarmente rilevanti;</i></p> <p><i>3) da 22 a 24: preparazione media caratterizzata da non particolare approfondimento e da lacune colmabili nel prosieguo del percorso formativo complessivamente considerato;</i></p> <p><i>4) da 25 a 27: preparazione nel complesso buona anche se non particolarmente approfondita; linguaggio tecnico e capacità espressiva adeguata;</i></p> <p><i>5) da 28 a 30: preparazione ottima od eccellente; linguaggio tecnico e capacità espressiva puntuale e precisa;</i></p> <p><i>6) 30 e lode: preparazione, linguaggio tecnico, capacità espressiva e argomentativa di massimo livello</i></p>
<b>Altro</b>	