

CORSO DI STUDIO : SCIENZE E TECNICHE DELLO SPORT (LM - 68)

ANNO ACCADEMICO: 2022-2023

DENOMINAZIONE DELL'INSEGNAMENTO: FISILOGIA DELLO SPORT
(SPORT PHYSIOLOGY)

CORSO INTEGRATO DI: APPROFONDIMENTI BIOMEDICI 1 – CFU 10

Principali informazioni sull'insegnamento	
Anno di corso	I ANNO
Periodo di erogazione	I SEMESTRE
Crediti formativi universitari (CFU/ETCS):	4 CFU
SSD	BIO /09
Lingua di erogazione	ITALIANO -INGLESE
Modalità di frequenza	Lezioni frontali ed esercitazioni teorico-pratiche in presenza. La frequenza è obbligatoria, come previsto dal corso di laurea.

Docente	
Nome e cognome	ALESSANDRO PIO CIPOLLA
Indirizzo mail	alessandro.cipolla@ymail.com fisiosportsrl2021@libero.it
Telefono	3405132202
Sede	//
Sede virtuale	https://meet.google.com/isg-szik-iix
Ricevimento	OGNI SABATO MATTINA DALLE 10:00 ALLE 12:00 , previo appuntamento via e-mail .

Organizzazione della didattica (1 CFU = 25 ORE)			
Ore			
Totali	Didattica frontale	Pratica (laboratorio, campo, esercitazione, altro)	Studio individuale
100	35	5	60
CFU/ETCS			
4			

Obiettivi formativi	Il Corso è inteso a sviluppare nello studente la capacità di comprendere i principi del funzionamento del corpo umano. Verranno quindi analizzati i meccanismi cellulari e le funzioni integrate dei principali organi ed apparati miranti al mantenimento dell'omeostasi corporea nel contesto delle diverse pratiche sportive. Il corso costituisce una base di conoscenze fondamentali ed irrinunciabili per le successive discipline di carattere funzionale applicate all'esercizio fisico.
Prerequisiti	Conoscenze di Fisiologia generale, Anatomia umana e Biomeccanica di base acquisiti nei corsi di Fisiologia, Anatomia e Biomeccanica del triennio.

Metodi didattici	<p>Sono previsti 4 CFU che includono 35 ore di didattica frontale e 5 ore di lezioni relative ad esercitazioni teorico-pratiche, per un totale di 40 ore di lezione in presenza.</p> <p>Le lezioni vengono svolte con l'utilizzo di slides animate, preparate con PowerPoint e messe a disposizione dal docente, illustrazione e discussione di risultati sperimentali ed articoli scientifici in inglese riguardanti gli argomenti trattati, strumenti per la valutazione dell'atleta.</p> <p>Lo studio individuale da parte dello studente è di 60 ore.</p>
Risultati di apprendimento previsti	<p>In accordo con i Descrittori di Dublino, alla fine del corso e per il superamento dell'esame, lo studente dovrà dimostrare di:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aver raggiunto una conoscenza e una capacità di comprensione della Fisiologia dello Sport che gli permetta di impostare la discussione di problematiche teoriche in modo logico e completo; 2. Saper impostare la trattazione di problemi applicativi nell'ambito della fisiologia dello Sport; 3. Saper valutare in modo autonomo e motivato eventuali opinioni diverse su aspetti problematici della Fisiologia dello Sport; 4. Saper esporre in lingua italiana corretta e con proprietà di linguaggio le proprie conoscenze; 5. Dimostrare di aver raggiunto una buona capacità di apprendimento, non solo in forma di memorizzazione delle informazioni studiate ma anche in forma di organizzazione di un proprio pensiero intorno a tali informazioni.
Contenuti di insegnamento (Programma)	<ol style="list-style-type: none"> 1. INTRODUZIONE ALLA FISILOGIA DELLO SPORT: ORIGINI E FONDAMENTA DEL SETTORE 2. NUTRIZIONE ED ENERGIA 3. FISILOGIA DEL LAVORO MUSCOLARE: <ul style="list-style-type: none"> - SISTEMA MUSCOLARE E CONTROLLO NERVOSO DELL'ATTIVITA' MOTORIA - CONTRAZIONE ISOTONICA CONCENTRICA ED ECCENTRICA, ISOMETRICA E PLIOMETRICA - ADATTAMENTI DEL MUSCOLO SCHELETRICO ALL'ATTIVITA' FISICA - ALTERAZIONI STRUTTURALI E FUNZIONALI INDOTTE DALL'ALLENAMENTO DI FORZA, DI RESISTENZA E DI VELOCITA: FATTORI NERVOSI, MUSCOLARI E METABOLICI 4. LA FUNZIONE RESPIRATORIA: <ul style="list-style-type: none"> - STRUTTURA E FISILOGIA DEL SISTEMA RESPIRATORIO - SCAMBIO E TRASPORTO DI GAS - REGOLAZIONE DELLA RESPIRAZIONE A RIPOSO ED IN ATTIVITA' FISICA - LA SPIROMETRIA NELLO SPORTIVO

	<p>5. TERMOREGOLAZIONE NEL LAVORO MUSCOLARE:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ESERCIZIO FISICO E STRESS TERMICO - ATTIVITA' FISICA A QUOTE MEDIE ED ELEVATE <p>6. L'APPARATO ENDOCRINO. Il ruolo degli ormoni nella prestazione sportiva.</p> <p>7. ALLENAMENTO DELLE CAPACITA' AEROBICHE ED ANAEROBICHE</p> <p>8. ATTIVITA' FISICA, INVECCHIAMENTO E PREVENZIONE DELLE MALATTIE</p>
Testi di riferimento	<p>W.D. McArdle, F.I. Katch, V.L. Katch: <i>Fisiologia applicata allo sport</i>. Terza edizione, CEA</p> <p>J.H. Wilmore e D.L. Costill: <i>Fisiologia dell'esercizio fisico e dello sport</i>. Calzetti-Mariucci</p> <p>W.J. Kraemer, S.J. Fleck, M.R. Deschenes: <i>Fisiologia dell'esercizio fisico</i>. Calzetti-Mariucci</p>
Note ai testi di riferimento	<p>Per favorire l'apprendimento degli argomenti riguardanti il controllo della motricità, riflessi, il movimento automatico e locomozione, il movimento volontario si consiglia il seguente materiale didattico integrativo: <i>Principi di Neuroscienze</i>, Kandel ER, Schwartz JH et al, Casa Editrice Ambrosiana, Milano.</p>
Materiali didattici	<i>DISPENSE ED ARTICOLI SCIENTIFICI FORNITI A LEZIONE</i>

Valutazione	
Modalità di verifica dell'apprendimento	ESAME ORALE FINALE
Criteri di valutazione	<p>Per superare la prova orale lo studente deve ottenere un punteggio di 18 . La prova orale verte su quesiti inerenti al programma degli insegnamenti del C.I. per definire:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La conoscenza e capacità di comprensione (25%) 2. la capacità di applicare conoscenza e comprensione (25%) 3. l'autonomia di giudizio (15%) 4. le abilità comunicative (15%) 5. la capacità di apprendimento (20%); voto finale unico per il C.I.
Criteri di misurazione dell'apprendimento e di attribuzione del voto finale	<p>La valutazione dell'esame/ modulo di "Fisiologia dello Sport" è attribuita in trentesimi. L'esame si intende superato quando la valutazione è uguale o maggiore a 18, con possibilità del conseguimento della lode.</p> <p>La valutazione finale del corso integrato di "APPROFONDIMENTI BIOMEDICI 1" viene formulata in relazione alla media dei voti inerenti gli esami/moduli costituenti lo stesso corso integrato.</p>

Altro

N.B. Il modulo di " FISIOLOGIA DELLO SPORT " include in aggiunta 1 CFU, la cui attività didattica è svolta dalla prof.ssa GRAZIA PAOLA NICCHIA.

I crediti formativi universitari totali per l'insegnamento di "FISIOLOGIA DELLO SPORT " sono pari a 5 CFU .