Corso integrato di:
TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DELL'ATTIVITA' MOTORIA E SPORTIVA PER L'ETA' EVOLUTIVA, ADULTA ED ANZIANA

Modulo:
BIOLOGIA DELL'ETA' EVOLUTIVA E DELL'INVECCHIAMENTO
Barbara Bramanti e Natascia Rinaldo

Modulo:
ATTIVITA' MOTORIA NELLE DIVERSE ETA'
Gianni Mazzoni

LM: Scienze e tecniche dell'attività motoria preventiva adattata

specialisti del benessere

progettazione di attività motorie per persone di età diverse e con diverso stato di salute

Scienze e tecniche dell'attività motoria preventiva adattata

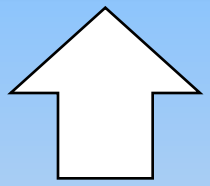
specialisti del benessere

Formazione in:

- Discipline motorie e sportive;
- Biomediche;
- Psicologiche e pedagogiche;
- Sociologiche.

Scienze e tecniche dell'attività motoria preventiva adattata

specialisti del benessere



La formazione dovrà contribuire alle seguenti conoscenze: **processi biologici** che caratterizzano il ciclo vitale umano e dei **fattori che possono influenzarlo**; principi, procedure e limiti dei **metodi di valutazione della composizione corporea**;

BIOLOGIA DELL'ETA' EVOLUTIVA E DELL'INVECCHIAMENTO

Barbara Bramanti e Natascia Rinaldo

Scopo del corso: fornire allo studente conoscenze avanzate sulle **caratteristiche biologiche umane** durante il fenomeno dinamico che conduce dalle caratteristiche del **neonato** a quelle dell'**adulto** e dell' **anziano**. Si esamineranno altresì **i fattori regolatori della crescita ed invecchiamento** e le possibili **influenze da parte di fattori esogeni** su tale processo.

Modalità di conduzione del corso: Lezioni (con esercizi), esercitazioni.

Contenuto del corso:

- Metodi di studio di accrescimento e invecchiamento: studi trasversali e longitudinali.

L'ACCRESCIMENTO

- Curve di crescita. Standard di crescita. Valutazione dell'età biologica.
- La crescita durante l'età puberale: cambiamenti nelle caratteristiche antropometriche e motorie.
- Organizzazione del processo di crescita.
- L'interazione eredità-ambiente nel controllo del processo di crescita e sviluppo.
- Valutazione antropometrica dello stato nutrizionale nel bambino: malnutrizione per eccesso e per difetto. Secular trend
- Influenza dell'attività fisica sulla crescita, sviluppo fisico e motorio.

L'INVECCHIAMENTO

- Cambiamenti nelle caratteristiche somatometriche e funzionali durante il processo d'invecchiamento.
- L'interazione eredità-ambiente sul processo di invecchiamento.
- Valutazione dell'età biologica.
- Valutazione antropometrica dello stato nutrizionale nell'anziano.
- Cambiamenti con l'età nell'anziano: influenza dell'attività fisica.
- Le caratteristiche dell'atleta anziano.

Testi consigliati:

- TANNER J.M. "AUXOLOGIA DAL FETO ALL'UOMO" UTET.

- FRISANCHO R." Anthropometric Standards. An Interactive Nutritional Reference of Body Size and Body Composition for Children and Adults" Ann Arbor, MI: The University of Michigan Press

- ARKING R."BIOLOGY OF AGING", PRENTICE-HALL,INC., NEW JERSEY.

Appunti di lezione

ESERCITAZIONI PRATICHE

1 GRUPPO: da AGNELLI a GIUBERTONI compresi

2 GRUPPO: da GOSTINICCHI a ZATTONI compresi

Per eventuali chiarimenti:

natascia.rinaldo@unife.it

DATE ESERCITAZIONI GRUPPO 1:

- 1 esercitazione: 6 marzo 16-18 AULA INFORMATICA PALAZZO TURCHI DI BAGNO
- 2 esercitazione: 2 aprile 14-16 LABORATORIO ANTROPOMETRIA
- 3 esercitazione: 30 aprile 16-18 LABORATORIO ANTROPOMETRIA
- 4 esercitazione: 9 maggio 9-11 LABORATORIO ANTROPOMETRIA
- 5 esercitazione: 13 maggio 14-16 LABORATORIO ANTROPOMETRIA

DATE ESERCITAZIONI GRUPPO 2:

- 1 esercitazione: 7 marzo 11-13 AULA INFORMATICA PALAZZO TURCHI DI BAGNO
- 2 esercitazione: 2 aprile 16-18 LABORATORIO ANTROPOMETRIA
- 3 esercitazione: 30 aprile 14-16 LABORATORIO ANTROPOMETRIA
- 4 esercitazione: 9 maggio 11-13 LABORATORIO ANTROPOMETRIA
- 5 esercitazione: 13 maggio 16-18 LABORATORIO ANTROPOMETRIA

Programma att. mot. diverse età

Docente: Prof. G. Mazzoni

- Attività motoria nelle diverse età: ruolo di prevenzione primaria e secondaria delle malattie croniche non trasmissibili
- Il ruolo dell'esercizio fisico nel trattamento del sovrappeso ed obesità nel bambino e nell'adulto
- Programmare l'esercizio fisico nel dismetabolismo glucidico:DMT1 e 2
- Programmare l'esercizio fisico nell'ipertensione
- Esercizio fisico: recenti linee di studio e ricerca

Testi consigliati

- ACSM linee guida
- Appunti di lezione

Modalità di verifica dell'apprendimento

Prima Modalità:

- Prove pratiche attività motorie
- Orale sull'intero corso integrato

Seconda Modalità -studenti frequentanti-:

1. Prova in itinere (solo modulo Biologia – 10.04.2019);
2. Partecipazione esercitazioni Biol.;
3. Prove pratiche attività motorie;
4. Prova finale su entrambi i moduli (16.05.2019).