

SCHEDA DOCENTE PROGRAMMA - A.A. 2015-2016

PROGRAMMA DELL'INSEGNAMENTO DI "PROGRAMMAZIONE DEI TEST FUNZIONALI DI VERIFICA" – del C.I METODOLOGIA DELLA RICERCA APPLICATA ALL'ALLENAMENTO" LM 68

NOMERO DI CREDITI: 12

SEMESTRE : SECONDO

COGNOME E NOME DOCENTE: DE ANGELIS MARCO

ORARIO DI RICEVIMENTO: MARTEDI ORE 9

SEDE PER IL RICEVIMENTO: Aule, previa prenotazione

N. TELEFONO (eventuale): 3483040217

E-MAIL: marcodea61@gmail.com

1	Obiettivi del Corso	Acquisire le nozioni della fisiologia applicata per una logica programmazione di un calendario di tests di verifica delle modificazioni indotte da un programma di allenamento.
2	Contenuti del corso e gli esiti di apprendimento	Ripasso delle principali variabili fisiologiche legate all'attività fisica e analisi critica della loro modificabilità a seconda dell'età, della storia sportiva personale, degli interventi di allenamento effettuati. Ripasso dei principali indicatori e test. Considerazioni sui "costi" dell'effettuazione dei test e sul bilancio costi/benefici di una loro somministrazione. Esempi di variabili, modificabilità, test, discipline e proposta di calendari e modalità di esecuzione dei test. Errori più comuni nella programmazione dei test di verifica e nell'analisi dei loro risultati.
3	Conoscenze di base richieste e attività di apprendimento	Anatomia, Fisiologia muscolare e dell'esercizio. Fisica, Biomeccanica. Metodologia dell'allenamento. Valutazione funzionale
4	Metodi e criteri di valutazione e verifica	Esame orale. Primo argomento a scelta dello studente, da conoscere molto approfonditamente.
5	Materiale Didattico	Libro "Valutazione dell'atleta" UTET, disponibile presso Biblioteca Scienze Motorie. Dispense degli appunti, reperibili presso copisterie. Cervello acceso