

SCHEDA DOCENTE PROGRAMMA - A.A. 2016-2017

PROGRAMMA DELL'INSEGNAMENTO DI "Biomeccanica degli Adattamenti Neuromuscolari"
DEL CORSO DI STUDIO: Laurea Specialistica in Scienze Motorie Preventive ed Adattate

NOMERO DI CREDITI: 6

SEMESTRE : 1° semestre

COGNOME E NOME DOCENTE: Di Giminiani Riccardo

ORARIO DI RICEVIMENTO: Il lunedì (al termine della lezione)

SEDE PER IL RICEVIMENTO: Laboratorio di Biomeccanica del Sistema Muscolo-Scheletrico (Coppito 2, livello 0, area scienze motorie)

N. TELEFONO (eventuale): 0862-432933

E-MAIL: riccardo.digiminiani@univaq.it

1	Obiettivi del Corso	Sviluppare le competenze di Biomeccanica che consentono di controllare gli adattamenti neuromuscolari e dosare l'intensità ottimale delle attività fisiche preventive e adattate
2	Contenuti del corso e gli esiti di apprendimento	<p>Il corso è articolato in attività didattiche frontali e di laboratorio. Il corso comprende:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Analisi ed utilizzo delle diverse variabili di Biomeccanica; in particolare: analisi cinematica del passo, analisi cinetica, body sway ed elettromiografica di superficie✓ Caratterizzazione biomeccanica dell'esercizio a catena cinetica aperta e chiusa utilizzati nel recupero funzionale e nelle attività motorie preventive✓ Le macchine di muscolazione, le camme e l'esercizio condotto col l'utilizzo del sovraccarico gravitazionale✓ Analisi biomeccanica di alcuni esercizi fondamentali utilizzati in prevenzione e riabilitazione (push-up, mezzo squat, leg extension ecc.)✓ Nuove tecniche per il recupero funzionale e la prevenzione dell'osteoporosi

		<p>nelle donne e nell'anziano (Whole-Body Vibration)</p> <p>✓ Aspetti neuromeccanici delle diverse tecniche di stretching utilizzate per la mobilizzazione dei diversi segmenti corporei</p>
3	Conoscenze di base richieste e attività di apprendimento	La Biomeccanica di base svolta nel corso di laurea triennale è un prerequisito per l'apprendimento dei contenuti del corso
4	Metodi e criteri di valutazione e verifica	UN ESAME ORALE VERRÀ SVOLTO AL TERMINE DEL CORSO
5	Materiale Didattico	DISPENSE DEL DOCENTE E ARTICOLI SCIENTIFICI IN LINGUA INGLESE SARANNO INSERITI SUL SITO E-LEARNING DELL' ATENEO. INOLTRE, AL TERMINE DEL CORSO SARÀ PRESENTE ANCHE UN PROGRAMMA DIDATTICO DETTAGLIATO DEGLI ARGOMENTI SVOLTI DURANTE LE LEZIONI.