

## SCHEDA DOCENTE PROGRAMMA - A.A. 2016-2017

**PROGRAMMA DELL'INSEGNAMENTO DI "PROGRAMMAZIONE DEI TEST FUNZIONALI DI VERIFICA"**

**NOMERO DI CREDITI: 6**

**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	<b>Obiettivi del Corso</b>	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	<b>Contenuti del corso e gli esiti di apprendimento</b>	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	<b>Conoscenze di base richieste e attività di apprendimento</b>	Anatomia, Fisiologia muscolare e dell'esercizio. Fisica, Biomeccanica. Metodologia dell'allenamento. Valutazione funzionale
4	<b>Metodi e criteri di valutazione e verifica</b>	Esame orale. Primo argomento a scelta dello studente, da conoscere molto approfonditamente.
5	<b>Materiale Didattico</b>	Libro "Valutazione dell'atleta" UTET, disponibile presso Biblioteca Scienze Motorie. Dispense degli appunti, reperibili presso copisterie. Cervello acceso