



Università degli Studi di Enna "Kore"

Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società

Anno Accademico 2020– 2021

A.A.	Settore Scientifico Disciplinare	CFU	Insegnamento		Ore di aula		Mutuazione	
2020/21	M-EDF/01	3	ATTIVITA' MOTORIA PER IL BENESSERE PSICO-FISICO					
Classe	Corso di studi		Tipologia di insegnamento		Anno di corso e Periodo		Sede delle lezioni	
	SCIENZE E TECNICHE DELLE ATT. PREVENTIVE E ADATTATE		LABORATORIO DI ATTIVITA' MOTORIA E TERZA ETA'		II ANNO / II SEMESTRE			
N° Modulo	Nome Modulo	Tipologia lezioni	Ore	Docente e Email	SSD	Ruolo	Interno	Affidamento
		Lezioni frontali	18	TRIMARCHI GUIDO			NO	

Prerequisiti : Conoscenze anatomiche di base, fisiopatologia della terza età, metodologia dell'allenamento adattato.

Propedeuticità: Organizzazione e rielaborazione degli schemi corporei; Valutazione posturale e funzionale.

Obiettivi formativi : Organizzazione e pianificazione di sedute di attività motoria adattata alla terza età in sedute singole e di gruppo.



Risultati di apprendimento (Descrittori di Dublino):

Alla fine del corso, gli studenti dovranno aver conseguito le seguenti abilità, conoscenze e competenze:

Conoscenza e capacità di comprensione: L'anziano e le sue prerogative motorie.

Conoscenza e capacità di comprensione applicate: Applicare protocolli motori adattati e individualizzati.

Autonomia di giudizio: In merito alla valutazione funzionale e posturale dell'anziano.

Abilità comunicative: Interfacciarsi con l'anziano fragile e individuare gli adeguati canali di comunicazione.

Capacità di apprendere: Le proposte di proposte di protocolli e la capacità proporli all'utenza.

Contenuti e struttura del corso

Lezioni frontali:

N.	ARGOMENTO	TIPOLOGIA	DURATA
1	Aspetti biologici dell'invecchiamento; Pratica	Frontale	3 H
2	Anziani e movimento; Pratica	Frontale	3 H
3	Obiettivi psicosociali; Pratica	Frontale	3 H
4	Obiettivi psicomotori; Pratica	Frontale	3 H
5	Obiettivi fisiologici; Pratica	Frontale	3 H
6	Elaborazione protocolli di allenamento; Pratica	Frontale	3 H
7		Frontale	3 H
8		Frontale	
9		Frontale	



Università degli Studi di Enna "Kore"
Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società

10	Frontale
11	Frontale
12	Frontale
13	Frontale
14	Frontale
15	Frontale
16	
17	Frontale
18	Frontale
19	Frontale
20	Frontale
21	Frontale
22	
23	Frontale
24	Frontale

Attività esercitative / Lavoro di gruppo:

Testi adottati

Testi principali: "Muoversi per non subire il tempo" di Gandini e Francesconi ed. Edi-Ermes

Materiale didattico a disposizione degli studenti: Dispense su proposte di allenamento

Testi di riferimento (non obbligatorio):

Testi di approfondimento:

Modalità di accertamento delle competenze



Università degli Studi di Enna "Kore"
Facoltà di Scienze dell'Uomo e della Società

Orari di lezione e date di esame

Gli orari di lezione saranno pubblicati sulla pagina web del corso di laurea:

<https://www.unikore.it/index.php/it/sc-tecniche-prev-adattate-attivita-didattiche/calendario-lezioni>

Le date di esami saranno pubblicati sulla pagina web del corso di laurea almeno due mesi prima dell'inizio della sessione d'esami:

<https://www.unikore.it/index.php/it/scienze-motorie-magistrale-esami-2/calendario-esami>

Modalità e orari di ricevimento

Gli orari di ricevimento saranno pubblicati sulla pagina personale del docente:

LINK della propria pagina personale

Note

