

Università degli Studi di Cagliari
Facoltà di Medicina e Chirurgia

CORSO DI LAUREA IN SCIENZE DELLE
ATTIVITÀ MOTORIE E SPORTIVE
(SAMS)

Programmi Corsi AA 2015/2016



I ANNO

1	1	Anatomia Umana	
1	1	Biochimica	Biochemistry
1	1	Biologia applicata e Istologia	Applied Biology and Histology
1	1	Fisica	
1	2	Antropologia	Anthropology
1	2	Fisiologia applicata alle attività motorie	
1	2	Pedagogia applicata alle attività motorie	

II ANNO

2	1	Conoscenze per l'esercizio della professione	
2	1	Igiene generale e applicata con elementi di statistica	
2	1	Psicologia applicata alle attività motorie e sportive I	
2	2	Metodologie nello Sport	Training theories and methodology
2	2	Tecniche e didattica degli sport individuali	Individual Sports
2	2	Valutazioni funzionali dell'attività motoria e sportiva	Functional Evaluation in Sports

III ANNO

3	1	Primo soccorso	
3	1	Principi di Farmacologia e endocrinologia	
3	1	Psicologia applicata alle attività motorie e sportive II	Psychology applied to sport and motor activities 2
3	2	Metodi e didattiche delle attività motorie	
3	2	Patologia dell'apparato locomotore	
3	2	Tecniche e didattica degli sport di squadra	English version



I ANNO

Corso Integrato di Fisica

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	FIS/07
Anno di corso	I
Semestre	I
Numero totale di crediti	6
Moduli	1. Fisica applicata
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (48) Totale ore di studio individuale(52) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (50) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Prof. Randaccio Paolo
Docenti del Corso Integrato	Prof. Randaccio Paolo
Obiettivi formativi del corso integrato	
Gli obiettivi del corso sono la comprensione dei principi di base che regolano il funzionamento dei sistemi fisici con particolare riferimento alla fisica del corpo umano. Lo studente sarà in grado di utilizzare le conoscenze di base acquisite per la comprensione di altre discipline e per la loro applicazione pratica nell'analisi e miglioramento delle prestazioni atletiche. Il corso prevede di stimolare le capacità di lavoro sia autonomo che di gruppo.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
1 Grandezze Fisiche e loro unità di misura 2 Fondamenti della meccanica del punto (cinematica, leggi orarie; forze, i principi della dinamica; massa, peso, moto dei gravi; lavoro, energia cinetica, potenza; forze conservative, energia potenziale) 3 Corpi estesi (traslazioni e rotazioni; momenti delle forze; leve, condizioni di equilibrio) 4 Applicazioni della meccanica al corpo umano (con riferimento particolare alle attività atletiche, quali salto in alto e in lungo, lancio degli attrezzi, sollevamento di pesi, corsa a piedi, bicicletta) 5 Meccanica dei fluidi (statica dei fluidi, pressione, legge di Stevin, principio di Archimede; fluidi ideali, teorema di Bernoulli; cenni alla viscosità) 6 Meccanica dei fluidi nei sistemi biologici (lavoro del cuore, sedimentazione, viscosità del sangue, accumulo assiale) 7 Superfici, membrane (tensione superficiale, legge di Laplace, tensioattivi, embolia gassosa) 8 Leggi dei gas (trasformazioni isoterme, isobare, isocore; equazione di stato; applicazioni alla respirazione e in particolare nel caso dei subacquei) 9 Termologia, Termodinamica (temperatura e scale termometriche; trasmissione del calore; scambi di calore, calori specifici, equilibri termici; cambiamenti di stato; i principi della termodinamica; termodinamica del corpo umano, metabolismo, analisi del consumo energetico nelle attività sportive)	
Testi di riferimento	
D. Scannicchio: Fisica Biomedica - 2010 Edises, Napoli	
Metodi didattici	(ad es. lezioni, laboratorio etc)
Tipo di esame	Prove di verifica intermedie ☒ • Esame scritto ☐ • Esame orale ☐ Prova di laboratorio L'esame si supera dimostrando di aver raggiunto gli obiettivi del corso tramite la soluzione quantitativa di semplici problemi analoghi a quelli svolti durante le lezioni



Prerequisiti per sostenere l'esame	
Modalità di valutazione/attribuzione voto	<i>(da indicare se diverso da quanto previsto dal regolamento)</i>
Lingua di insegnamento	Italiano
Indirizzi di riferimento	
Paolo Randaccio Dipartimento di Fisica (Cittadella Monserrato) Tel. 070 675 4904/4909 - Fax 070 675 3191 e mail paolo.randaccio@ca.infn.it	
Modalità di ricevimento studenti	
SU APPUNTAMENTO da prendere inviando un msg all'e-mail sopra indicato	

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di Antropologia

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	BIO-08
Anno di corso	<i>primo</i>
Semestre	<i>secondo</i>
Numero totale di crediti	<i>6</i>
Moduli	1. <i>Antropologia e Antropometria + laboratorio(6 CFU)</i>
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (48) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(24) Totale ore di esercitazione (..) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Emanuele Sanna
Docenti del Corso Integrato	Emanuele Sanna

Obiettivi formativi del corso integrato

L'obiettivo del corso è quello di fornire delle conoscenze generali e capacità di comprensione relativamente ai processi macro e microevolutivi del divenire biologico dell'Uomo. Una specifica attenzione sarà posta alla variabilità ed all'adattamento dell'Uomo all'ambiente naturale e culturale in connessione agli aspetti morfologici, somatometrici e somatotipici anche in relazione all'attività motoria. Il corso si propone inoltre di fornire le conoscenze fondamentali dell'antropometria, dei suoi scopi e delle sue applicazioni.

Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)

Evoluzione dell'uomo: Le principali tappe dell'evoluzione dell'Uomo, con particolare riferimento all'evoluzione della postura e della locomozione.

Evoluzione e selezione: La teoria dell'evoluzione, l'equilibrio di Hardy-Weinberg ed i fattori evolutivi, le forme della selezione.

Auxologia: Sviluppo ed accrescimento corporeo, fattori ambientali ed accrescimento, gli standard di crescita.

Biotipologia: I tipi costituzionalistici, il metodo antropometrografico, delle somatovarianti e del somatotipo.

La variabilità umana: Polipitismo, polimorfismo ed ubiquitarismo delle popolazioni umane. L'adattamento



dell'Uomo all'ambiente (naturale e culturale), il fenomeno del *secular trend*.

Le razze umane: Metodi di classificazione delle popolazioni umane, infondatezza del concetto tassonomico di razza per le popolazioni umane.

Antropologia dei Sardi. Il popolamento della Sardegna, le serie scheletriche, le culture pre- e protostoriche, le caratteristiche genotipiche e fenotipiche dei Sardi attuali, il fenomeno del *secular trend* con particolare riferimento alla Sardegna.

Antropometria sul vivente: Strumenti di misurazione e tecniche di rilevamento. Punti di repère e le misure antropometriche fondamentali della Cefalometria, Toracometria, Artometria; Indici antropometrici. Plicometria e la determinazione della densità corporea e del grasso corporeo. Determinazione del somatotipo. Tecniche antropometriche per la valutazione dell'accrescimento e dello stato nutrizionale. Utilizzo delle carte di crescita. Impostazione di una scheda antropometrica. Metodologia di campionamento, affidabilità ed accuratezza del rilevatore, errore tecnico di misurazione, analisi dei dati antropometrici.

Testi di riferimento

E. Sanna "Dispense di Antropologia ed Antropometria"

G. Bedogni, A. Borghi, N.C. Battistini "Manuale di valutazione antropometrica dello stato nutrizionale", Edra edizioni.

B. Chiarelli, R. Bigazzi, L. Sineo "Lineamenti di Antropologia per le Scienze Motorie", Piccin Editore.

T.G. Lohman, A.F. Roche, R. Martorell "Manuale di riferimento per la standardizzazione antropometrica", Edra edizioni.

Metodi didattici	Apprendimento attivo tramite esposizione, dimostrazione, discussione
Tipo di esame	Scritto con eventuale verifica orale
Prerequisiti per sostenere l'esame	Nessuno
Modalità di valutazione/attribuzione voto	L'esame di profitto del corso si basa principalmente sulla valutazione di una prova scritta, costituita da quiz a risposta multipla e/o domande aperte. Può essere richiesta una conferma delle conoscenze tramite orale
Lingua di insegnamento	Italiano

Indirizzi di riferimento

e-mail, sannae@unica.it; indirizzo: Cittadella Universitaria, n° di telefono: 0706756606,



Dipartimento di Scienze della Vita e dell'Ambiente**Modalità di ricevimento studenti*****Per appuntamento, previo accordo tramite e-mail o per via telefonica, presso lo studio sito nella Cittadella Universitaria***[Torna all'indice](#)

ENGLISH VERSION**Anthropology**

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	BIO-08
Anno di corso	<i>primo</i>
Semestre	<i>secondo</i>
Numero totale di crediti	<i>6</i>
Moduli	2. <i>Antropologia e Antropometria + laboratorio(6 CFU)</i>
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (48) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(24) Totale ore di esercitazione (..) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Emanuele Sanna
Docenti del Corso Integrato	Emanuele Sanna
Obiettivi formativi del corso integrato	
The aim of the course is to provide general knowledge about the processes of macro-and micro-evolution of Man. A specific attention will be paid to the variability and adaptation of human being to the environmental pressure either natural or cultural. Besides, it will be analyzed the interaction between motor activity and morphology. The course also aims to provide fundamental knowledge of anthropometry, in relation to its aims and its applications.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Human evolution, Evolution and human adaption, Auxology, Biotipology, Human variability, Human races as an erroneous concept, Physical Anthropology of Sardinian people, Anthropometry	



Programma esteso del corso (Max 3800 caratteri)

Human evolution: The stages of Human evolution, evolution of bipedalism and relative biomechanics: standing, walking, running, jumping.

Evolution and human adaption: Introduction to evolution and natural selection, the theory of the evolution, the process of natural selection, the Hardy-Weinberg equilibrium, the selection models: disruptive, stabilizing, directional.

Auxology: Growth and development, environmental factors influencing growth, growth reference charts for national and regional populations.

Biotipology: Summary of the biotipology science, constitution and body type, the Heath-Carter Anthropometric Somatotype.

Human variability: Human polytypism, polymorphysm and ubiquitarism. Human biological adaptability and phenotypic plasticity, environmental and genetic factors influencing the phenomenon of secular trend.

Human Races: Human Races classifications, the scientific fallacy of the human biological concept of Races.

Physical Anthropology of Sardinian people: Biological history of the peopling of Sardinia, skeleton series, archaeology cultures and radiocarbon dating, phenotypic and genotypic characteristics of modern Sardinians, secular changes of Sardinian people.

Anthropometry: Anthropometric instruments, measurement description and recommended techniques. Landmarks and the main measurement segments: cephalometry, thoracomety, limb measurements, and anthropometric indexes. Plicometry, body density, body fat percentage. Somatotype through software. Anthropometric standards for the assessment of growth and nutritional status. Comparative analysis of growth charts. How to design an anthropometric measurement test battery. Sampling plan procedures. Reliability and accuracy of measurement, technical error measurement, analysis of anthropometric data.

Testi di riferimento

E. Sanna "Dispense di Antropologia ed Antropometria"

G. Bedogni, A. Borghi, N.C. Battistini "Manuale di valutazione antropometrica della stato"



nutrizionale", Edra edizioni.

B.Chiarelli, R. Bigazzi, L. Sineo "Lineamenti di Antropologia per le Scienze Motorie", Piccin Editore.

T.G.Lohman, A.F. Roche, R. Martorell "Manuale di riferimento per la standardizzazione antropometrica", Edra edizioni.

Metodi didattici	<i>Teaching methods: active learning through explanation, demonstration, discussion</i>
Tipo di esame	<i>Written examination with possible oral verification</i>
Prerequisiti per sostenere l'esame	<i>No one</i>
Modalità di valutazione/attribuzione voto	<i>The final exam of the course is primarily based on a written test consisting of multiple choice quizzes and / or open questions. It may be requested a confirmation of knowledge by oral</i>
Lingua di insegnamento	<i>Italian</i>
Indirizzi di riferimento	
<i>e-mail, sannae@unica.it; indirizzo: Cittadella Universitaria, n° di telefono: 0706756606, Dipartimento di Scienze della Vita e dell'Ambiente</i>	
Modalità di ricevimento studenti	
<i>By appointment, subject to agreement by e-mail or by telephone, at the study site in the University Campus</i>	

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di: Biochimica

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	05E1 (BIO/10)
Anno di corso	I
Semestre	I
Numero totale di crediti	5
Moduli	1. Biochimica
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (40) Totale ore di studio individuale (40) Totale ore altre studio (45)
Coordinatore del Corso	Alessandra Padiglia
Docenti del Corso	Alessandra Padiglia
Obiettivi formativi del corso	
Conoscenze: Gli obiettivi del corso sono la comprensione delle basi molecolari dei sistemi biologici, dei meccanismi biochimici che regolano le attività metaboliche cellulari attraverso la conoscenza di: -struttura, proprietà, funzione, interazioni e metabolismo delle biomolecole; -produzione e conservazione dell'energia metabolica. Capacità: Il corso fornisce le basi per comprendere i meccanismi biochimici che regolano le attività cellulari e metabolici di organi e tessuti. La comprensione delle interrelazioni e adattamenti metabolici nei principali stati fisiologici (alimentazione, digiuno, esercizio muscolare) Comportamenti: Il corso prevede di stimolare le capacità di lavoro sia autonomo che di gruppo Conoscenze richieste: Conoscenze di chimica generale e di chimica organica	
Contenuto del corso	
• Introduzione alla biochimica: atomi e molecole; protoni, neutroni ed elettroni; orbitali molecolari; la tavola periodica degli elementi; legami forti e legami deboli. • Struttura e funzione dei glucidi (classificazione; isomeria e stereoisomeria; formazione degli emiacetali e anomeria; prodotti di ossidazione e riduzione ed altri derivati; monosaccaridi, disaccaridi, omo ed eteropolisaccaridi). • Struttura e funzione dei lipidi (lipidi di riserva; lipidi strutturali di membrana; lipidi con altre attività biologiche; colesterolo e suoi derivati; lipoproteine; vitamine liposolubili: A, D, E, K). • Struttura e funzione dei nucleotidi (nucleosidi e nucleotidi). • Struttura e funzione degli aminoacidi e delle proteine (aminoacidi, legame peptidico, peptidi, proteine; struttura primaria, secondaria, terziaria e quaternaria delle proteine; funzioni biologiche delle proteine). • Struttura e funzione delle vitamine idrosolubili (classificazione delle vitamine idrosolubili e loro forme coenzimatiche). • Metabolismo dei glucidi (glicolisi e gluconeogenesi; destino metabolico dell'acido piruvico: fermentazione lattica, alcolica e ossidazione ad acetil-CoA; glicogenolisi e glicogenosintesi; via dei pentosi fosfati). • Metabolismo dei lipidi (ossidazione degli acidi grassi; destino del propionil-CoA; formazione e utilizzo dei corpi chetonici; biosintesi degli acidi grassi e del colesterolo). • Metabolismo degli aminoacidi (metabolismo generale degli aminoacidi: deaminazione, transaminazione e transdeaminazione; ureogenesi e organizzazione dell'ammoniaca). • Produzione e conservazione dell'energia metabolica (ciclo dell'acido citrico; fosforilazione ossidativa; la catena respiratoria e i suoi componenti: trasporto degli elettroni e formazione del gradiente	



elettrochimico; il complesso dell'ATP-sintasi e l'utilizzo del gradiente protonico; il rapporto P/O nella fosforilazione ossidativa).	
• La contrazione muscolare	
Testi di riferimento	
Di Giulio A.; Fiorilli A.; Stefanelli C.-Biochimica per le scienze motorie; CEA Giuseppe Arienti Amelia Fiorilli- Biochimica dell'attività motoria; Piccin Nelson-Cox; I Principi di Biochimica di Lehninger; Zanichelli Garrett-Grisham; Principi di Biochimica; Piccin	
Metodi didattici	Lezioni frontali con proiezione di diapositive in formato ppt
Tipo di esame	Orale o scritto a discrezione dello studente
Prerequisiti per sostenere l'esame	
Modalità di valutazione/attribuzione voto	L'esame (scritto o orale), si supera dimostrando di aver raggiunto gli obiettivi del corso. L'esame prevede il riconoscimento delle strutture delle biomolecole e delle vie metaboliche, la descrizione delle loro proprietà, funzioni e interazioni. La valutazione dell'esame prevede una votazione compresa tra 18/30 e 30/30 lode
Lingua di insegnamento	Italiano
Indirizzi di riferimento	
Prof.ssa Alessandra Padiglia Dipartimento di Scienze della Vita e dell'Ambiente Macrosezione Biomedica Cittadella Universitaria di Monserrato Tel: 070 6754515/02 Email: padiglia@unica.it	
Altre informazioni	

[Torna all'indice](#)



ENGLISH VERSION**Biochemistry**

Disciplinary and scientific sector (SSD)	BIO/10
Academic year	1°
Semester (Period)	I°
Credits (CFU)	5
Course	Biochemistry
Global workload (in hours)	20 (lectures for 40 hours activity)
Teacher	ALESSANDRA PADIGLIA

Learning outcomes

Understanding the biochemical mechanisms that regulate cellular and metabolic activities of organs and tissues. Understanding of the interrelationships and metabolic adaptations in the major physiological states (feeding, fasting, muscular exercise)

learning content (Max 3800 caratteri)

Introduction to biochemistry: atoms and molecules, protons, neutrons and electrons; molecular orbitals; the periodic table of elements; strong ties and weak ties.

- Structure and function of carbohydrates (Classification, isomerism and stereoisomerism; formation of hemiacetals and anomers, products of oxidation and reduction and other derivatives, monosaccharides, disaccharides, homo and heteropolysaccharides).
- Structure and function of lipids (lipid reserves; structural membrane lipids, lipids and other biological activities, cholesterol and its derivatives, lipoproteins, fat-soluble vitamins A, D, E, K).
- Structure and function of nucleotides (nucleosides and nucleotides).
- Structure and function of amino acids and proteins (amino acids, peptide bond, peptides, proteins, primary, secondary, tertiary and quaternary structure of proteins, biological functions of proteins).
- Structure and function of water-soluble vitamins (classification of water-soluble vitamins and their coenzyme forms).
- Metabolism of carbohydrates (glycolysis and gluconeogenesis, the metabolic fate of pyruvic acid: lactic acid fermentation, alcohol and oxidation to acetyl-CoA, glycogen synthesis and glycogenolysis, pentose phosphate pathway).
- Metabolism of lipids (fatty acid oxidation; fate of propionyl-CoA, training and utilization of ketone bodies, biosynthesis of fatty acids and cholesterol).
- Metabolism of amino acids (general metabolism of amino acids: deamination, transamination and transdeamination; ureogenesis into organic and ammonia).

Production and storage of metabolic energy (citric acid cycle, oxidative phosphorylation, and the respiratory



chain and its components: the electron transport and the formation of the electrochemical gradient and the ATP synthase complex and the use of the proton gradient, and the P / O in oxidative phosphorylation).

- Muscle contraction

Reference books

Di Giulio A.; Fiorilli A.; Stefanelli C.-Biochimica per le scienze motorie; CEA
 Giuseppe Arienti Amelia Fiorilli- Biochimica dell'attività motoria; Piccin
 Nelson-Cox; I Principi di Biochimica di Lehninger; Zanichelli
 Garrett-Grisham; Principi di Biochimica; Piccin

Teaching methods	Lectures with explanatory slides
Learning assessment method	The exam is overcome by demonstrating the achieved objectives of the course.
Prerequisites	Knowledge of general chemistry and organic chemistry
Modalità di valutazione/attribuzione voto	The exam consists of a written or oral. The evaluation of the exam is done by assigning a rating from 18/30 to 30/30 cum laude
Language of learning	Italian

Contact addresses

Prof.ssa Alessandra Padiglia
 Dipartimento di Scienze della Vita e dell'Ambiente
 Macrosezione Biomedica
 Cittadella Universitaria di Monserrato
 Tel: 070 6754515/02
 Email: padiglia@unica.it

Modalities of students receiving

Students are received by establishing an appointment via e-mail

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di BIOLOGIA E ISTOLOGIA

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	05/H2 (ex BIO/17) ISTOLOGIA 05/F1 (ex BIO/13) BIOLOGIA APPLICATA
Anno di corso	Primo
Semestre	Primo
Numero totale di crediti	6
Moduli	1. ISTOLOGIA 3 CFU 2. BIOLOGIA 3 CFU
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (48) Totale ore di studio individuale 102
Coordinatore del Corso Integrato	Raffaella Isola
Docenti del Corso Integrato	Istologia Raffaella Isola Biologia Rossano Rossino
Obiettivi formativi del corso integrato	
L'insegnamento mira a fornire allo studente: - lo sviluppo della capacità di comunicazione professionale, motivando l'uso di una terminologia corretta e di una modalità di descrizione organizzata e comprensibile - L'organizzazione ed il funzionamento della cellula procariotica ed eucariotica. La struttura e le funzioni degli organuli della cellula eucariotica. La struttura e la funzione delle proteine e degli acidi nucleici. I processi molecolari di base: replicazione, trascrizione e traduzione. I meccanismi di divisione cellulare. I meccanismi di trasmissione dei geni. Il ciclo cellulare. - i fondamenti di base sulla struttura e le funzioni delle cellule e dei tessuti che compongono gli organi del corpo umano con una particolare attenzione ai tessuti che compongono l'apparato locomotore e nervoso - Strumenti critici e familiarità con le tematiche inerenti alle cellule e ai tessuti, che lo studente riaffronterà, sotto altre angolature, in molti dei corsi successivi relativi alla struttura ed alle funzioni normali e patologiche del corpo umano	



Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)**Programma di Biologia**

Chimica degli esseri viventi : l'acqua, struttura e proprietà; le macromolecole della vita: carboidrati , lipidi, proteine, acidi nucleici. Struttura e funzione delle proteine. L'emoglobina: struttura e funzione. Talassemia e anemia falciforme. Gruppi sanguigni e fattore Rh. Struttura della cellula procariotica ed eucariotica. La membrana plasmatica, il nucleo, i ribosomi, il sistema di membrane della cellula, i mitocondri, il citoscheletro. Il DNA: struttura e caratteristiche. Il modello a doppia elica di Watson e Crick. Il DNA nei procarioti: il cromosoma batterico. Il DNA negli eucarioti: la cromatina. Il genoma. La replicazione del DNA. L'espressione dell'informazione genetica: dal DNA alle proteine. Trascrizione e traduzione. Il codice genetico. Mutazioni geniche. Tipi di mutazioni e loro conseguenze. Metabolismo energetico: energia utilizzata dagli organismi viventi. Produzione di ATP dal glucosio. Cenni sulla fermentazione e respirazione cellulare.

La riproduzione della cellula eucariotica: generalità sul ciclo cellulare. Cellule somatiche e cellule germinali. Mitosi e meiosi. Il crossing-over e la ricombinazione. La gametogenesi. Il cariotipo. Cariotipi normali e cariotipi patologici. Mutazioni cromosomiche. Esperimenti di Mendel. Il concetto di allele. Le leggi dell'ereditarietà. Genotipo e fenotipo. La riproduzione della cellula procariotica. I virus. Riproduzione dei virus: ciclo litico e ciclo lisogenico.

Programma di Istologia**Citologia**

Cenni su: membrana plasmatica; citoplasma e sistema membranoso del citoplasma; mitocondri; perossisomi, citoscheletro.

Tessuti epiteliali

Generalità sugli epitelii; membrana basale e giunzioni intercellulari; struttura generale degli epitelii di rivestimento ed in particolare struttura dell'epidermide. Generalità sulle ghiandole esocrine e ghiandole endocrine.

Tessuti connettivi

Tessuti connettivi propriamente detti: cellule e sostanza intercellulare; matrice amorfa e fibre; funzioni del tessuto connettivo. Classificazione dei tessuti connettivi propriamente detti.

Tessuto cartilagineo: caratteristiche strutturali e funzionali; cartilagine ialina, fibrosa, elastica; pericondrio
Tessuto osseo: cellule e sostanza intercellulare; osso compatto e spugnoso; osteone; periostio ed endostio; caratteristiche morfo-funzionali dell'osso. Istogenesi del tessuto osseo.

Tessuti connettivi liquidi. Sangue: caratteristiche, composizione e principi di immunità.

Tessuto nervoso

Organizzazione generale del sistema nervoso. La cellula nervosa: struttura e proprietà. Classificazione dei neuroni: cellule sensitive primarie, neuroni bipolari e multipolari. Morfologia del neurone: descrizione del pinofofo, dendriti, assone. Il flusso assonico. Le fibre nervose e cenni sulla loro rigenerazione. La struttura di un nervo. La sinapsi chimica: morfologia e suo significato. La nevroglia nel SNC e SNP. Guaina mielinica.



Tessuti muscolari

Tessuto muscolare striato scheletrico: descrizione della fibra muscolare, delle miofibrille e del sarcomero; il meccanismo della contrazione; la sinapsi neuromuscolare; concetto di unità motoria. Tessuto muscolare liscio. Tessuto muscolare striato cardiaco. Fuso neuromuscolare.

Testi di riferimento

Solomon et al: Elementi di Biologia. EdiSES

R. Di Pietro: Elementi di Istologia. EdiSES

Metodi didattici

Il corso si articola in lezioni di didattica frontale integrate da filmati esplicativi sui processi basilari della biologia, citologia e dell'istologia.

Tipo di esame

Prova finale: colloquio

Prerequisiti per sostenere l'esame

Frequenza (massimo 30% di assenze)

Modalità di valutazione/attribuzione voto

Il voto si esprime in trentesimi.
In entrambi i moduli la valutazione dell'apprendimento avverrà tramite colloquio.

Nella valutazione del colloquio si considererà se lo studente ha raggiunto un grado sufficiente di comprensione e padronanza delle materie in relazione alla futura professione di Laureato in Scienze motorie. Il voto finale dell'esame corrisponderà alla media dei voti conseguiti dallo studente nei due singoli moduli.

Lingua di insegnamento

Italiano

Indirizzi di riferimento

Dott.ssa Raffaella Isola

Dipartimento di Scienze Biomediche

Sezione di Citomorfologia

Cittadella Universitaria di Monserrato

09042 Monserrato (CA)

Tel. 070.675.4041 opp. 070.675.4025 - e-mail:
isola@unica.it

Dott. Rossano Rossino

Dipartimento di Igiene e Sanità Pubblica

c/o Osp. Microcitemico via Jenner Ca

Tel 0706095522

email :rossino40@gmail.com

Altre informazioni

I docenti ricevono gli studenti previo appuntamento.

Il programma generale è naturalmente soggetto a modificazioni in relazione ai programmi, alle necessità delle



altre materie del corso ed alle necessità degli studenti

[Torna all'indice](#)



ENGLISH VERSION**Corso Integrato di Biologia e Istologia**

Scientific field of reference (SSD)	05/H2 (ex BIO/17) Histology 05/F1 (ex BIO/13) Applied Biology
Course held in the Year	1°
Semester	1°
Total number of credits	6
Modules	1. Histology 3CFU 2. Applied Biology 3 CFU
Total workload (number of hours) for the student	Hours of lectures (48) Hours of home study (102)
Reference for the course	Raffaella Isola
Teachers of the adjoined course	Raffaella Isola Rossano Rossino
Educational objectives of the course	
The course aims to provide students with: - The development of professional communication skills, motivating the use of correct terminology for a competent and comprehensible way of description - The knowledge of the organization and function of prokaryotic and eukaryotic cells, the structure and function of the organelles in the eukaryotic cell. The knowledge of structure and function of proteins and nucleic acids. The basic molecular processes: replication, transcription and translation. The mechanisms of cell division. The transmission mechanisms of the genes. The cell cycle. - The basic fundamentals of the structure and functions of cells and tissues that make up the organs of the human body with particular attention to the tissues that are involved in the musculoskeletal system - Students should develop an autonomous criticism on and would become familiar with issues related to cells and tissues, which they will meet again, but under different perspectives, in many of the following courses related to the structure and functions in normal and pathological conditions of the human body	
Course Program	
Applied Biology	



.....

Histology**Cytology**

Outlines on: plasma membrane; cytoplasm and membrane systems in the cytoplasm; mitochondria; peroxisomes, cytoskeleton.

Epithelial tissue

Generalities on epithelia; basement membrane and intercellular junctions; general structure of the epithelial lining and in particular the structure of the epidermis. General information on exocrine and endocrine glands.

Connective tissue

Connective tissue characteristics: cells and intercellular substance; amorphous matrix and fibers; functions of the connective tissue. Connective tissue classification.

Cartilaginous tissue: structural and functional characteristics; hyaline, fibrous and elastic cartilage; perichondrium.

Bone tissue: cells and intercellular substance; compact and cancellous bone; osteon; periosteum and endosteum; morpho-functional characteristics of the bone. Histogenesis of bone tissue.

Fluid connective tissue. Blood: characteristics, composition and principles of immunity.

Nervous tissue

General organization of the nervous system. The nerve cell: structure and properties. Classification of neurons: primary sensory cells, bipolar and multipolar neurons. Morphology of the neuron: description of cell soma, dendrites, axon. The axonal flow. The nerve fibers and hints on its regeneration. The structure of a nerve. The chemical synapse morphology and its significance. The neuroglia in the CNS and PNS. Myelin sheath.

Muscle tissue

Muscle tissue: description of the skeletal muscle fiber, myofibril and sarcomere; the mechanism of contraction; the neuromuscular synapse; notion of motor unit. Smooth muscle tissue. Striated muscle tissue of the heart. Muscle spindle.

Testi di riferimento

Solomon et al: Elementi di Biologia. EdiSES

R. Di Pietro: Elementi di Istologia. EdiSES

Teaching Methods

The course consists into lessons of classroom teaching, supplemented by explanatory videos on the basic processes of biology, cytology and histology.

Modality of examination

During the Course tests: multiple choice quizzes



	Final exam: oral
Prerequisites for the exam	Mandatory Attendance (allowed up to 30% of absences)
Modality of grades assignment	The grades are expressed out of thirty. Both of the teaching modules will assess the grade of learning achievement with an interview. In the evaluation of the interview it will be taken in consideration, whether the student has reached a sufficient degree of understanding and mastery of the subject in relation to the future profession of a degree in Physical Education. The final mark will correspond to the average of the marks obtained by the student in the two individual modules.
Language of teaching	Italian
Addresses	
Dott.ssa Raffaella Isola Dipartimento di Scienze Biomediche Sezione di Citomorfologia Cittadella Universitaria di Monserrato 09042 Monserrato (CA) Tel. 070.675.4041 opp. 070.675.4025 - e-mail: isola@unica.it Dott. Rossano Rossino Dipartimento di Igiene e Sanità Pubblica c/o Osp. Microcitemico via Jenner Ca Tel 0706095522 email :rossino40@gmail.com	
Students Meeting	
Teachers will receive students by appointment.	

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di Pedagogia applicate alle Attività Motorie

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-PED/01
Anno di corso	1°
Semestre	2°
Numero totale di crediti	9
Moduli	1. Pedagogia generale (BACCHIS 6 CFU) 2. Pedagogia generale (ZONZA 3 CFU)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (72) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (..) Totale ore altre (..)
Coordinatore	1. Bacchis Manola
Docenti	2. Bacchis Manola 3. Zonza Massimiliano
Obiettivi formativi dell'insegnamento	
• Gli studenti devono dimostrare capacità di comprensione dei temi della Pedagogia generale che estendono le conoscenze all'inclusione sociale e nello specifico nell'area delle attività motorie. • Gli studenti dovranno essere in grado di applicare le loro conoscenze, capacità di comprensione al più ampio contesto dell'inclusione sociale della persona e anche in presenza di disabilità. • Durante il corso, gli studenti devono maturare competenze comunicative atte ad esprimere in modo chiaro e privo di ambiguità le proprie inferenze e conclusioni sulla pedagogia dello sport e valori principali in relazione altresì ai processi di inclusione del soggetto con e senza disabilità.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Pedagogia Generale Titolo del corso: <i>Pedagogia generale nelle attività motorie</i> Contenuti del corso: Il corso ha l'obiettivo di approfondire sia l'aspetto storico-tematico della pedagogia sia della nascita ed evoluzione storica tematica della pedagogia dello sport, con una particolare attenzione e riflessione sulle strutture logiche e metodologiche della scienza pedagogica nei diversi contesti e periodi storici e sociali. La pedagogia come scienza ermeneutica e normativa porranno in essere quel legame con Società e il suo dinamismo, e il fitto legame interdisciplinare e multidimensionale. La criticità sarà un punto focale e i requisiti della pedagogia generale si ripeteranno nella pedagogia dello sport, la quale nel sottolineare la variabilità e dinamicità della società evidenzierà i valori dello sport e quel filo rosso che ricondurrà ad un'attenta riflessione	



sui fattori soggettivi e oggettivi presenti nella formazione della persona. Emergeranno sia le complesse condizioni socio-culturali entro alle quali oggi deve poter essere compresa la realtà della persona con e senza disabilità, acquisendo una formazione umanistica di particolare importanza la professionalità educativa espressa nell'ambito delle scienze motorie.

Inoltre, al fine di una formazione pedagogica e professionale nelle scienze motorie, l'insegnamento di avvale di un approfondimento tematico delle disabilità e specialità. Nello specifico, lo svolgimento delle lezioni del modulo di Pedagogia Speciale integrate ed interconnesse con l'area Generale, tematizzerà il nucleo centrale della disciplina attraverso sia una analisi storica che di tipo teorico-metodologico.

Verrà evidenziata infatti la specificità della Pedagogia Speciale all'interno dell'ambito scientifico e disciplinare della Pedagogia come Scienza dell'Educazione.

Verranno indagati i fondamenti storici della Pedagogia speciale con particolare attenzione al pensiero di Itard, Seguin, Maria Montessori e allo sviluppo storico della pedagogia speciale in Italia.

Dal punto di vista metodologico particolare attenzione sarà dedicata alla questione dei BES (Bisogni Educativi Speciali) e alle differenti metodologie educative che si stanno affermando nel panorama della Pedagogia speciale. Una particolare trattazione sarà dedicata al tema della Programmazione Educativa e alle problematiche inerenti L'ICF (Classificazione Internazionale del Funzionamento e delle Disabilità). Infine verrà tematizzata l'importanza, in un contesto educativo speciale, della Psicomotricità.

Testi di riferimento

a) Pedagogia Generale

- 1) M. Bacchis, Simbolismo, Significato e Realtà, Ed Scione
- 2) Alba Naccari, Pedagogia della corporeità, Morlacchi editore
- 3) PierLuigi Palmieri, Discorso sul corpo, Lo sport tra mito e didattica, Anicia

b) Pedagogia generale integrata alla speciale

- 1) Mura "Pedagogia speciale. Riferimenti storici, temi e idee" Angeli 2015
- 2) Lascioli "Educazione speciale. Dalla teoria all'azione" Angeli 2011
- 3) Liporace "Elementi di Pedagogia Speciale" Aracne 2007

Metodi didattici	<i>Lezioni frontali</i>
Tipo di esame	<i>Orale e prove in itinere orali e/o scritte</i>
Prerequisiti per sostenere l'esame	-
Modalità di valutazione/attribuzione voto	<i>Le competenze valutate sono relative ai processi comunicativi di comprensione nell'ambito del processo di educazione della</i>



	<i>persona</i>
Lingua di insegnamento	Italiano
Indirizzi di riferimento	
1. Bacchis Manola 2. Zonza Massimiliano	
Modalità di ricevimento studenti	
Dott.ssa Manola Bacchis riceve previo appuntamento via mail bacchis.manola@gmail.com	
Dott. Massimiliano Zonza, riceve previo appuntamento via mail maxzonza@tiscali.it	

[Torna all'indice](#)



II ANNOCorso Integrato di **Igiene generale e applicata con elementi di Statistica**

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	MED/42;
Anno di corso	II
Semestre	I
Numero totale di crediti	6
Moduli	1. Igiene generale ed applicata (6 CFU)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (48) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (..) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	<i>Sardu Claudia</i>
Docenti del Corso Integrato	1. Sardu Claudia 2. Sotgiu Alessandra
Obiettivi formativi del corso integrato	
- Fornire conoscenze e competenze sui determinanti di salute e malattia, sulle malattie cronico degenerative e sulle malattie infettive, sui i principali interventi di prevenzione e di promozione della salute del singolo e della comunità. - Fornire conoscenze e competenze sulla raccolta, descrizione e interpretazione di dati sui livelli di attività fisica in campioni di popolazione generale; fornire conoscenze statistiche di base per la comprensione di testi scientifici e la realizzazione di semplici studi.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Modulo 1: 4 CFU - Obiettivi e metodologie dell'Igiene, della Medicina Preventiva e della Sanità Pubblica - Definizione di salute e malattia - Determinanti di salute - Prevenzione della malattie cronico degenerative: il ruolo dell'attività fisica - Principali fonti di dati sanitari correnti sui livelli di attività fisica nella popolazione generale - Realizzazione di questionari per la raccolta di dati sull'attività fisica - Variabili statistiche quantitative e qualitative e loro rappresentazione mediante distribuzioni di frequenza. - Statistica descrittiva: indicatori di tendenza centrale e di dispersione - Statistica inferenziale: campionamento, errore standard, logica dei test statistici e concetto di significatività - Promozione della salute: definizione e differenze con l'Educazione Sanitaria - La Carta di Ottawa: strategie e aree prioritarie di intervento per la promozione della salute	



- La Carta di Toronto per la promozione dell'attività fisica
- Metodi per la progettazione di interventi di promozione della salute, con specifico riferimento all'attività fisica

Modulo 2: 2 CFU

- La prevenzione delle malattie infettive: definizioni, cosa sono le malattie infettive, fattori causali
- La catena dell'infezione: agente patogeno, trasmissione e ospite, e vie di trasmissione delle malattie infettive
- Le principali malattie infettive.
- Malattie a trasmissione aerea (Influenza, Morbillo, Rosolia, Scarlattina, Difterite, Tubercolosi, Varicella, Meningite, parotite, pertosse, legionella);
Malattie a trasmissione feco – orale (acqua e alimenti): Tifo, infezioni alimentari, Tifo Addominale, Amebiasi, Epatite A, Poliomielite, Colera, Salmonellosi, Staphylococcus aureus, Botulismo
- Malattie a trasmissione diretta: Malattie sessualmente trasmissibili, Citomegalovirus, Sifilide, Gonorrea, HIV-AIDS, Epatite B e C, HPV,
- Infezioni della pelle e trasmissione cutaneo mucosa: molluscum contagiosum, herpes simplex, verruche, piodermiti, piede d'atleta, tinea corporis e tinea versicolor, micosi cutanee
- Trasmissione per mezzo di vettori: Malaria, malattie trasmesse da zecche, leishmaniosi
- Zoonosi: Brucellosi, Rabbia, Toxoplasmosi, Tetano, Trichinosi, Giardia
- Infestazioni: Scabbia, Pediculosi
- Esposizione e rischi professionali
- Principali comportamenti per la prevenzione delle malattie infettive

Testi di riferimento

- Igiene, Medicina Preventiva, Sanità Pubblica, *EdiSES*
- Materiale didattico consegnato al termine delle lezioni

Metodi didattici

Lezioni interattive

Tipo di esame

1° Appello: Esame scritto (domande a risposta multipla sui prima 4 CFU e domande a risposta aperta sui restanti 2 CFU)

Appelli successivi: se ci sono più di 5 iscritti, la prova d'esame sarà scritta (stesse modalità del I appello).

Nel caso in cui ci siano meno di 5 iscritti la prova d'esame sarà orale.

Prerequisiti per sostenere l'esame

Non previsti

Modalità di valutazione/attribuzione voto

Prova in itinere sui primi 4 CFU (al termine del primo modulo):

fino a 21 punti su domande a risposta multipla (7 completezza, 7 punti correttezza, 7 chiarezza)



	Prova finale sui secondi 2 CFU (al termine del secondo modulo): fino a 11 punti su quesiti a risposta aperta (4 punti completezza, 4 punti correttezza, 3 punti chiarezza) Se la prova in itinere del primo modulo non è superata, sarà inclusa nella prova finale. Per gli appelli successivi al primo, nel caso in cui ci siano meno di 5 iscritti, la prova d'esame sarà orale: 31 punti (11 completezza, 11 correttezza, 9 chiarezza).
Lingua di insegnamento	Italiano
Indirizzi di riferimento	
Claudia Sardu Email : csardu@unica.it 070/6753106 Dipartimento di Sanità Pubblica, Medicina Clinica e Molecolare, Asse E Cittadella di Monserrato Stanza 20 Alessandra Sotgiu Email: aleuni@gmail.com Dipartimento di Sanità Pubblica, Medicina Clinica e Molecolare, Asse E Cittadella di Monserrato	
Modalità di ricevimento studenti	
SU APPUNTAMENTO tramite email	

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di: Conoscenze per l'esercizio della professione

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	SECS-P/07; IUS-01.
Anno di corso	//
Semestre	/
Numero totale di crediti	10 (5+5)
Moduli	1) Economia Aziendale 2) Elementi di Diritto Privato
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (40 EC. AZ.; 40 DIRITTO PRIVATO) Totale ore di studio individuale 130.
Coordinatore del Corso Integrato	Dore Carlo
Docenti del Corso Integrato	Vacante Dore Carlo
Obiettivi formativi del corso	
<u>Diritto privato:</u> obiettivo del corso è favorire l'apprendimento dei principi fondamentali del sistema del diritto privato vigente.	
Contenuto sintetico del corso	
<u>Diritto privato:</u> PARTE GENERALE: L'ordinamento giuridico e le fonti del diritto; situazioni giuridiche soggettive; fatti e atti giuridici; persone fisiche e organizzazioni; beni, diritti reali e possesso; elementi fondamentali del rapporto obbligatorio (fonti dell'obbligazione, adempimento e inadempimento); disciplina generale del contratto; i fatti illeciti. PARTE SPECIALE: la responsabilità civile in ambito sportivo; il contratto di sponsorizzazione.	



Testi di riferimento

DIRITTO PRIVATO:**Parte generale.**

G. VISINTINI, *Nozioni giuridiche fondamentali – Diritto privato*, Zanichelli – Bologna, ult. ed., (non costituiranno oggetto d'esame i paragrafi 6.6 e 6.7, nonché i capitoli: III, IV, VIII, X, XI,)

o, in alternativa,

P. ZATTI, *Diritto privato – corso istituzionale*, Cedam - Padova, ult. ed. (non costituiranno oggetto d'esame i sequenti capitoli: 16; 17; 18;24; 25; 26; 27;28; 29;31; 32; 33; 34)

Parte speciale.

Verranno predisposte delle dispense a cura del Docente.

Si consiglia inoltre la lettura di **G. LIOTTA – L. SANTORO, *Lezioni di diritto sportivo*, Milano, ult. ed.,** limitatamente alle sezioni dedicate al contratto di sponsorizzazione (pp. 170 – 189) e alla responsabilità civile in ambito sportivo (pp. 227-242).

E' inoltre richiesta la costante consultazione di un Codice civile aggiornato. Si segnala **S. PETITTI – E. VINCENTI, *Codice civile e leggi complementari*, Giuffrè - Milano, 2015.**

Metodi didattici.	Lezioni frontali in aula.
Tipo di esame	Diritto privato: colloquio orale.
Prerequisiti per sostenere l'esame	<i>Aver frequentato almeno il 70% delle ore di lezione.</i>
Modalità di valutazione/attribuzione voto	
Lingua di insegnamento	Italiano

Indirizzi di riferimento

Dott. Carlo Dore

Dipartimento di Giurisprudenza – Viale S. Ignazio, 17; tel. 0706753398; e.mail: cdore@unica.it



Modalità di ricevimento studenti**Economia aziendale****Diritto privato**

In occasione delle lezioni, subito dopo le stesse; oppure previo appuntamento, inviando una mail all'indirizzo cdore@unica.it

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di: **Psicologia applicata alle attività motorie e sportive I**

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-PSI/01
Anno di corso	<i>II</i>
Semestre	<i>I</i>
Numero totale di crediti	<i>7</i>
Moduli	3) Psicologia Generale 4) Metodi di Valutazione Psicologica
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione 56 (32 + 24)
Coordinatore del Corso Integrato	<i>Dott.ssa Daniela Fadda</i>
Docenti del Corso Integrato	<i>Dott.ssa Daniela Fadda</i>
Obiettivi formativi del corso	
Conoscenze: Gli obiettivi del corso sono volti alla conoscenza di base dello sviluppo della Psicologia e delle teorie riguardanti le principali funzioni psichiche. Inoltre gli studenti apprenderanno i principali metodi di valutazione psicologica, con particolare riguardo per la ricerca scientifica, la teoria della misurazione e la costruzione di questionari utilizzabili nell'ambito sportivo e motorio. Capacità: Lo studente sarà in grado di padroneggiare le conoscenze acquisite relative alla Psicologia Generale e alla ricerca in ambito psicologico e di utilizzarle per leggere i risultati di indagini empiriche e contribuire alla costruzione di brevi strumenti di rilevazione.	
Contenuto sintetico del corso	
• MODULO DI PSICOLOGIA GENERALE – Storia della Psicologia – Sensazione – Percezione – Attenzione – Coscienza – Apprendimento – Memoria – Linguaggio – Pensiero – Emozioni – Motivazioni • MODULO DI METODI DI VALUTAZIONE PSICOLOGICA – Il metodo scientifico – La ricerca in psicologia – Variabili e misurazione – Disegni di ricerca sperimentali, quasi sperimentali e non sperimentali – Validità e controllo – Il questionario, campionamento, somministrazione ed etica della ricerca	
Testi di riferimento	



MODULO DI PSICOLOGIA GENERALE

Legrenzi, P (2014). *Fondamenti di Psicologia Generale*. Il Mulino

MODULO DI METODI DI VALUTAZIONE PSICOLOGICA

McBurney, D. (2001). *Metodologia della ricerca in psicologia*, Il Mulino, Bologna

Eventuale materiale fornito a lezione

Coloro che non potranno frequentare continuativamente le lezioni (70%) sono tenuti a integrare la preparazione con lo studio dei capitoli: 1 – 3 (la vista) – 4 – 5 (il sonno) – 6 – 7 – 8 – 11 del libro: Coon & Mitterer (2011). *Psicologia Generale*. Utet

Metodi didattici	Lezioni frontali con proiezione di diapositive in formato pptx
Tipo di esame	L'esame sarà in forma scritta con eventuale integrazione orale. L'esame prevede l'utilizzo di domande chiuse e aperte.
Prerequisiti per sostenere l'esame	Aver frequentato almeno il 70% delle ore di lezione.
Modalità di valutazione/attribuzione voto	L'esame si supera dimostrando di aver raggiunto gli obiettivi del corso. Voto espresso in trentesimi. Iscrizione esame obbligatoria tramite ESSE3
Lingua di insegnamento	Italiano
Indirizzi di riferimento	
danielafadda@unica.it	

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di Metodologie nello sport

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-EDF/02
Anno di corso	II
Semestre	II
Numero totale di crediti	7
Moduli	1. Teoria e metodologia dell'allenamento (4 cfu) 2. Esercitazioni (3 cfu)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione 12 Totale ore di esercitazioni
Coordinatore del Corso Integrato	Tocco Filippo
Docenti del Corso Integrato	Tocco Filippo
Risultati di apprendimento attesi	
1. Apprendimento della conoscenza di base della materia e della capacità di utilizzo di libri di testo avanzati e di articoli specialistici, al fine di permettere la conoscenza su alcuni temi d'avanguardia; 2. Acquisizione della capacità di applicare le conoscenze in maniera da dimostrare un approccio professionale al lavoro, con competenza adeguata sia per ideare e sostenere argomentazioni che per risolvere problemi nel proprio campo; 3. Acquisizione della capacità di raccogliere e interpretare i dati (nel proprio campo di studio) ritenuti idonei a determinare giudizi autonomi sui temi a essi connessi; 4. Acquisizione della capacità di comunicare informazioni, idee, problemi e soluzioni a interlocutori specialisti e non; 5. Sviluppo di quelle capacità di apprendimento necessarie per intraprendere studi successivi con un alto grado di autonomia; 6. Conoscenza dei principali metodi di allenamento della preparazione Tecnica, Tattica e Fisica da utilizzare negli sport ed a scuola.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Principi generali dell'allenamento. Supercompensazione, sovrallenamento, teorie. Periodizzazione dell'allenamento in generale e nei vari sport. Allenamento della Forza. Allenamento della Resistenza.	



Allenamento della Potenza.

Flessibilità.

Coordinazione.

Stretching.

Allenamento continuo.

Allenamento intervallato.

Approccio mentale alla gara.

Alimentazione, Idratazione e allenamento.

Teorie classiche dell'allenamento e verifiche scientifiche.

Ruolo del trainer. Ruolo dell'equipe. Management dell'allenamento.

Programma esteso del corso

Principi generali dell'allenamento: Progressività, Specificità, Continuità, Intensità dei carichi, Recupero.

Overload, over-training, over-reaching.

Periodizzazione dell'allenamento in generale e nei vari sport. Macro ciclo, Mesociclo, Microciclo, Unità di allenamento.

Allenamento della Forza, sue applicazioni specifiche.

Allenamento della Resistenza, applicazioni negli sport.

Allenamento della Potenza, applicazioni negli sport.

Flessibilità, mobilità articolare.

Coordinazione neuromuscolare.

Stretching: dinamico, ballistico, statico, passivo, attivo, misto.

Allenamento continuo: intermittente, fartlek, progressivo.

Allenamento intervallato: alta intensità, media intensità.

Approccio mentale alla gara.



Alimentazione, Idratazione e Allenamento: dalle false credenze alle evidenze scientifiche.

Teorie classiche dell'allenamento e verifiche scientifiche.

Ruolo del trainer. Ruolo dell'equipe. Management dell'allenamento.

Testi di riferimento

Materiale in files e cartaceo fornito dal docente.

Metodi didattici	Lezioni Frontali, dimostrazioni in laboratorio
Tipo di esame	orale
Prerequisiti per sostenere l'esame	Valutazione Funzionale e Fisiologia
Modalità di valutazione/attribuzione voto	Media ponderata
Lingua di insegnamento	Italiano e Inglese

Indirizzi di riferimento

Mail: filippo.tocco@tiscali.it

Modalità di ricevimento studenti

MODALITA' DI RICEVIMENTO: su appuntamento, orario da concordare col docente;

LUOGO DI RICEVIMENTO: Sezione di Fisiologia, Via Porcell 4, Cagliari.

[Torna all'indice](#)



ENGLISH VERSION**Name: Training theories and methodology.**

Disciplinary and scientific sector (SSD)	M-EDF/02
Academic year	II
Semester (Period)	II
Credits (CFU)	7
Moduli	1. Teoria e metodologia dell'allenamento (4 cfu) 2. Esercitazioni (3 cfu)
Global workload (in hours)	Totale ore di lezione 12 Totale ore di esercitazioni
Coordinatore del Corso Integrato	Tocco Filippo
Teachers..... del Corso Integrato	Tocco Filippo
Learning autocomes	
1. <i>Development of basic understanding of the subject and the ability to use advanced textbooks and specialized articles, in order to allow the cutting-edge knowledge on the topics;</i> 2. <i>Acquisition of the ability to apply the knowledge in a manner that indicates a professional approach to work, with appropriate expertise to problem solving within their field;</i> 3. <i>Acquisition of the ability to gather and interpret data on scientific issues;</i> 4. <i>Acquisition of the ability to communicate information, ideas, problems and solutions;</i> 5. <i>Development of those learning skills necessary to undertake further studies with a high degree of autonomy.</i>	
learning content (Max 3800 caratteri)	
<i>General principles of training.</i> <i>Overload, over-reaching, overtraining, theories.</i> <i>Periodization in sports.</i> <i>Force Training.</i> <i>Resistance training.</i> <i>Power training.</i> <i>Flexibility.</i>	



Coordination.

Stretching.

Continuous training.

Interval training.

Mental approach to the game.

Nutrition, hydration and exercise.

Classical theories of training and scientific outcomes.

Role of the trainer. Role of the team. Management training.

Reference books

Files and papers from teacher

Teaching methods

Lectures and Laboratory

Learning assessment method

Speaking exam

Prerequisites

Physiology and Functional Evaluation

Outcome

30/30

Language of learning

English and Italian

Address

filippo.tocco@tiscali.it; Dipartimento di Scienze Mediche, LABFS, via Porcell 4, Cagliari.

Attendance

Via Porcell 4, Cagliari; *by appointment by mail.*

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di Tecniche e didattica degli sport individuali

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-EDF/02
Anno di corso	2
Semestre	2
Numero totale di crediti	12
Moduli	1. Tecniche e didattica degli sport individuali 2. Esercitazioni
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (36) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (72) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Massidda Myosotis
Docenti	Massidda Myosotis (Modulo 1)
Risultati di apprendimento attesi per il Modulo 1 (6 CFU – 36 ore)	



1. Acquisizione della conoscenza di base della materia e della capacità di utilizzo di libri di testo;
2. Acquisizione della capacità di applicare le conoscenze in maniera da dimostrare un approccio professionale al lavoro, con competenza adeguata sia per ideare e sostenere argomentazioni che per risolvere problemi nel proprio campo;
3. Acquisizione della capacità di raccogliere e interpretare articoli specialistici, al fine di permettere la conoscenza su alcuni temi d'avanguardia;
4. Acquisizione della capacità di analizzare i dati (nel proprio campo di studio) ritenuti idonei a determinare giudizi autonomi sui temi a essi connessi;
4. Acquisizione della capacità di comunicare informazioni, idee, problemi e risultati a interlocutori specialisti e non;
5. Sviluppo della capacità di apprendimento necessaria per intraprendere studi successivi con un alto grado di autonomia;
6. Acquisizione della capacità di analizzare scientificamente i diversi aspetti che compongono il modello di prestazione delle diverse discipline sportive individuali al fine di poter pianificare opportune strategie di training e valutazione che siano funzionali al soggetto e all'obiettivo da perseguire.

Programma sintetico Modulo 1 (6 CFU – 36 ore)

Il Modello di Prestazione negli Sport Individuali;

Utilizzo delle principali risorse elettroniche per le scienze dello sport;

Aspetti di statistica applicata agli Sport Individuali;

Presentazione dei dati e comunicazione delle informazioni;

Aspetti genetici legati alla performance negli Sport Individuali;

Scienza della Ginnastica Artistica;

Scienza della Atletica Leggera;

Scienza del Nuoto.

Programma esteso del corso Modulo 1 (6 CFU – 36 ore)

Parte Generale



1. Il Modello di Prestazione negli Sport Individuali;
2. Utilizzo delle principali risorse elettroniche per le scienze dello sport;
3. Statistica applicata agli Sport Individuali;
4. Presentazione dei dati e comunicazione delle informazioni;
5. Aspetti genetici legati alla performance negli Sport Individuali.

Parte Specifica

GINNASTICA ARTISTICA

1. Cenni sul Regolamento;
2. Il Modello di prestazione;
3. La Federazione Ginnastica d'Italia e il piano di formazione dei Quadri Tecnici;
4. Cenni sui Programmi Tecnici Federali e sul Codice dei Punteggi;
5. Le Capacità Motorie nella Ginnastica Artistica;
6. Le Specialità della Ginnastica Artistica;
7. Caratteristiche tecniche e basi biomeccaniche degli esercizi ginnici;
8. L'Acrobatica: il nucleo centrale della Ginnastica Artistica;
9. I principi generali dell'allenamento nella Ginnastica Artistica;
10. Le fonti energetiche nella performance ginnica;
11. Aspetti genetici relativi al Ginnasta d'élite;
12. Il modello di prestazione delle singole specialità nella Ginnastica Artistica.

ATLETICA LEGGERA

1. Cenni sul Regolamento;
2. Il Modello di prestazione nelle specialità dell'atletica leggera;
3. Lo sviluppo della performance in relazione all'età, al sesso ed alla specialità;
4. La corsa;
5. Aspetti fisiologici del corridore d'élite;
6. Caratteristiche del tipo di fibre muscolari nel corridore;
7. Analisi cinematica dei 100 metri sprint.

NUOTO

1. Cenni sul Regolamento;
2. Il Modello di prestazione nelle diverse specialità;
3. Lo sprinter;
4. Il nuotatore su lunghe distanze.



Testi di riferimento	
Articoli Scientifici e Materiale didattico fornito dal docente.	
Metodi didattici	Lezioni teoriche e PBL in aula
Tipo di esame	Le verifiche saranno effettuate con una prova scritta caratterizzata da domande a risposta aperta e/o multipla.
Prerequisiti per sostenere l'esame	Fisiologia dello Sport
Modalità di valutazione/attribuzione voto	La valutazione finale terrà conto dell'impegno mostrato durante le lezioni e del grado di preparazione raggiunto.
Lingua di insegnamento	Italiano/Inglese
Indirizzi di riferimento	
Modalità di ricevimento studenti	
Previo appuntamento da concordare via email al seguente indirizzo: myosotis.massidda@unica.it	

[Torna all'indice](#)



ENGLISH VERSION**Corso Integrato di Individual Sports**

Disciplinary and scientific sector (SSD)	M-EDF/02
Academic year	2
Semester (Period)	2
Credits (CFU)	12
Modules	1. Tecniche e didattica degli sport individuali 2. Esercitazioni
Global workload (in hours)	Totale ore di lezione (36) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (72) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Massidda Myosotis
Teachers	Massidda Myosotis (Module 1)

Learning outcomes Module 1 (6 CFU – 6 hours)

1. Acquisition of the basic knowledge of the subject and the ability to use advanced textbooks and specialized articles, in order to allow the cutting-edge knowledge on some topics;
2. Acquisition of the ability to apply their knowledge in a manner that indicates a professional approach to work, with appropriate expertise through devising and sustaining arguments and solving problems within their field;
3. Acquisition of the ability to gather and interpret data (in their field of study) suitable to inform judgments on the issues related thereto;
4. Acquisition of the ability to communicate information, ideas, problems and solutions to both specialist and non;
5. Development of those learning skills necessary to undertake further studies with a high degree of autonomy;
6. Acquisition of the ability to analyze by a scientific point of view the determinants of individual sports performance in order to be able to plan appropriate training and evaluation strategies that are functional to



the athletes and the objective being pursued.

learning content Module 1 (6 CFU – 6 hours)

Determinants of Individual sports performance;

Use of the main electronic database for sport sciences;

Statistical methods for Individual sports;

Data presentation and disclosure;

Genetic aspects of Individual sports performance;

Science of artistic gymnastics;

Science of track and field;

Science of swimming.

Reference books

Scientific Articles and teaching materials.

Teaching methods

Lectures and PBL

Learning assessment method

Written test

Prerequisites

Functional Evaluation and Training Methods

Modalità di valutazione/attribuzione voto

The final assessment will take into account the commitment demonstrated during lessons and the level of preparation reached.

Language of learning

Italian and English

Address

Attendance

Upon email agreement: myosotis.massidda@unica.it

[Torna all'indice](#)



Programma Esercitazioni del Corso Integrato di Tecniche e didattica degli Sport Individuali

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-EDF/02
Anno di corso	2
Semestre	2
Numero totale di crediti	12
Moduli	1. Tecniche e didattica degli sport individuali 2. Esercitazioni
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (36) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (72) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Massidda Myosotis
Docenti del Corso Integrato	Massidda Myosotis (Modulo 1) Sanna Pierpaolo (Modulo 2 – Atletica Leggera) Macciò Laura (Modulo 2 – Atletica Leggera) Cabras Giovanni (Modulo 2 - Tennis) Porta Giovanni (Modulo 2 – Tennis) Sanna Andrea (Modulo 2 – Apnea) Staffoli Danila (Modulo 2 – Apnea) Granara Andrea (Modulo 2 – Nuoto) Manca Mirco (Modulo 2 – Nuoto)
Risultati di apprendimento attesi per il Modulo 2	
Acquisizione della conoscenza generale dei fondamentali di base relativi agli Sport Atletica, Tennis, Apnea e Nuoto.	
Programma esteso del corso (Modulo 2 – 6 CFU – 72 ore)	
ATLETICA LEGGERA (1 CFU – 12 ore) Basi dell'Atletica Leggera; Tecnica di corsa nell' Atletica Leggera; Partenza dai blocchi e Nozioni sugli Sprint; Staffetta 4*100 e 4*400; I Lanci; I salti in estensione; I salti in elevazione; Le specialità dei salti ad ostacoli; Gli ostacoli e altri attrezzi come propedeutica; I lanci; Valutazione finale.	
Attrezzatura Minima richiesta per lo svolgimento dell'attività • Pista Atletica; • Buche per i salti, • Materassi, • Blocchi di partenza,	



- Ostacoli,
- Dischi
- Pesi per i lanci.

TENNIS (1CFU – 12 ore)

Il corso si pone come obiettivo quello di fornire agli studenti gli strumenti per poter svolgere una lezione di tennis con bambini di diversa età e livello, conoscere i principi di base della tecnica , acquisire i principi della tattica e strategia riferiti al mini tennis. Gli argomenti trattati comprenderanno il modello prestativo, il game based approach, i diversi tipi di interattività, la tecnica e tattica nel mini tennis, i fondamentali tecnici, lo sviluppo delle capacità coordinative 6-13, l'impostazione di un allenamento di specializzazione, i criteri insegnamento fit, la dimostrazione di una lezione 6-10, 10-13, 13-16.

Programma svolto dal Dott. Porta: La preparazione tecnica

Lezione 1:

Modelli prestativo del tennis

Regole di gioco

Come impostare una lezione di tennis

Come dividere i gruppi

differenza tra esercitazione chiusa e aperta

Fondamentale tecnico del diritto

Fase di attivazione, correzione e finale con esempi di esercizi principianti (caccia alle galline, passa al maestro, svuota campo)

Lezione 2:

Riepilogo di quanto fatto lezione 1

Sviluppo capacità coordinative 6-13 principio difficoltà crescente

Fondamentale rovescio

Esempi esercizi e didattica medi (ammortizzo, lancia e afferra,gioco della strega, americana)

Lezione 3:

Riepilogo lezione 2

Pre requisiti della tecnica da 1 a 2

Fondamentali colpi al volo

Esempi esercizi e didattica ALLENAMENTO principianti (corsa sulle righe, voleè con le orecchie, lancia e afferra con compagno, bowling, partita)

Lezione 4:

Riepilogo lezione 3

Pre requisiti tecnica da 3 a 5

Quando utilizzare il cesto

Esempi esercizi e didattica allenamento intermedi (Pallavolo, su a 100, 100 palleggi con meno palle possibile, cesto, partita)

Lezione 5:

Riepilogo lezione 4

Tattica nel mini tennis

Fondamentale servizio

Quando utilizzare il palleggio

Esempi di esercizi e didattica agonisti (pitino, pallavolo, tutti contro tutti, lavoro bilaterale , winner)

Lezione 6

Divisione in 3 gruppi da 5 e Dimostrazione di un allenamento 6-10 10-13 e 13-16

Chiarimenti

Programma svolto dal Dott. Cabras: La preparazione atletica



LEZIONE 1

Modello prestativo del tennis, fasi del percorso metodologico;

Analisi della struttura di una seduta.

Dimostrazione pratica di una struttura tipo: attivazione, parte centrale, parte finale.

LEZIONE 2

Analisi e prevenzione degli infortuni maggiormente frequenti nel tennis.

Analisi del gesto atletico e sovraccarichi funzionali: esercitazioni per la prevenzione degli infortuni.

LEZIONE 3

Test atletici: descrizione e realizzazione sul campo, analisi dei risultati.

Programmazione e periodizzazione, metodi e mezzi.

LEZIONE 4

Allenamento delle capacità condizionali:

La velocità e relative applicazioni.

Allenamento delle capacità coordinative.

Esercitazioni pratiche con differenziazione per le diverse fasi dell'età evolutiva.

LEZIONE 5

Allenamento delle capacità condizionali:

L'allenamento della forza, classificazioni e differenti applicazioni pratiche.

LEZIONE 6

Allenamento metabolico nel tennista.

Esercitazioni pratiche.

Programmazione e realizzazione da parte degli studenti, di una seduta tipo partendo dall'indicazione del target di età, periodo della stagione e obiettivi

Attrezzatura Minima richiesta per lo svolgimento dell'attività

N. 1 Agility speed ladder.

N. 10 Cerchi

N.15 Tappetini

N. 5 Ostacoli cm 30

N. 5 ostacoli cm 50

N. 15 Funi salto

N. 1 kit Delimitatori colorati

N. 8 Coni forati

N. 4 Kettlebells 8kg n. 2 kettlebells 12 kg n. 2 kettlebells 4 kg

N. 10 Elastici

N. 1 Trx

N. 1 Palla medica 5kg, n. 1 palla medica 2 kg

N. 1 cesto con Palle tennis

N. 5 Go back e n. 5 Back and drive

APNEA (1 CFU – 12 ore)

1) Verifica delle tecniche di nuoto in superficie (sl, rana) e compensazione

2) Sostentamento in superficie per rana verticale - Capovolte senza attrezzatura - Rana subacquea



- 3) Percorsi in immersione senza attrezzatura
- 4) Tecnica di pinneggiata - Capovolte con attrezzatura
- 5) Rilassamento e respirazione
- 6) Percorsi in immersione con attrezzatura

Attrezzatura Minima richiesta per lo svolgimento dell'attività

Piscina. (A seconda dello spazio acqua disponibile si formeranno le classi al fine di completare le ore per ciascuno studente).

N. 30 maschere;

N. 30 snorkel;

N. 30 pinne.

NUOTO (2 CFU – 24 ore)

- Lezione 1. Aspetti educativi del nuoto;
- Lezione 2. Tecnica delle nuotate (proiezione di un video);
- Lezione 3. Teoria di Ginnastica in acqua/Elementi di pallanuoto;
- Lezione 4. Ambientamento e prime forme propulsive;
- Lezione 5. La progressione didattica nel dorso;
- Lezione 6. La progressione didattica nel crawl;
- Lezione 7. La progressione didattica nella rana;
- Lezione 8. La progressione didattica nel delfino;
- Lezione 9. Le nuotate alternative;
- Lezione 10. Le partenze e virate;
- Lezione 11. Valutazioni.

Attrezzatura Minima richiesta per lo svolgimento dell'attività

Piscina;

Tavolette.

Metodi didattici	Lezioni pratiche sul campo
Tipo di esame	Valutazione pratica.
Modalità di valutazione/attribuzione voto	La valutazione finale terrà conto della frequenza e dell'impegno mostrato durante le lezioni, nonché del grado di preparazione raggiunto.
Lingua di insegnamento	Italiano

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di Valutazioni funzionali dell'Attività Motoria e Sportiva

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-EDF02
Anno di corso	2°
Semestre	2°
Numero totale di crediti	9
Moduli	1. Teoria e metodologia delle valutazioni (3 CFU) funzionali dell'attività motoria e sportiva 2. Valutazioni funzionali dell'attività motoria (esercitazioni) (6 CFU)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (18) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(12) Totale ore di esercitazione (12) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Tocco Filippo
Docenti del Corso Integrato	Tocco Filippo
Obiettivi formativi del corso integrato	
1. Acquisizione di una conoscenza di base della materia e della capacità di utilizzo di libri di testo avanzati ed articoli specialistici, al fine di permettere la conoscenza su alcuni temi d'avanguardia; 2. Acquisizione della capacità di applicare le conoscenze in maniera da dimostrare un approccio professionale al lavoro, con competenza adeguata sia per ideare e sostenere argomentazioni che per risolvere problemi nel proprio campo; 3. Acquisizione della capacità di raccogliere e interpretare i dati (nel proprio campo di studio) ritenuti idonei a determinare giudizi autonomi su temi scientifici ad essi connessi; 4. Acquisizione della capacità di comunicare informazioni, idee, problemi e soluzioni a interlocutori specialisti e non; 5. Sviluppo di quelle capacità di apprendimento necessarie per intraprendere studi successivi con un alto grado di autonomia.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Fattori predisponenti la prestazione fisica: richiami di Biochimica, Anatomia Funzionale e Fisiologia applicata. Le basi fisiologiche della valutazione funzionale. Le capacità aerobica e anaerobica: definizione e metodi di misura. Basi biochimiche e metaboliche della produzione di acido lattico. La soglia anaerobica. Classificazione delle attività sportive. Strumenti per la valutazione funzionale: metodi di misura biomeccanica, gli ergometri e le relative misure. Strumenti per la valutazione funzionale: metodi di misura emodinamici, respiratori e metabolici e relative misure. I test da campo e di laboratorio per la determinazione della prestazione. Applicazioni pratiche: atletica leggera, ciclismo, nuoto, sport di squadra, etc. Equazioni per il calcolo del lavoro meccanico e del consumo energetico versus misura diretta. Modelli funzionali della prestazione. Modello funzionale della prestazione nella Maratona, Mezzofondo, Ciclismo, Nuoto etc.	
Testi di riferimento	
Dal Monte, Faina: Valutazione dell'atleta; UTET; Wilmore and Costill: Fisiologia dello Sport; Calzetti Mariucci Cerretelli: Manuale di fisiologia dello sport e del lavoro muscolare; UNIVERSO	



Di Prampero: La locomozione umana su terra, in acqua, in aria, fatti e teorie; EDI ERMES

Pubblicazioni scientifiche in lingua originale

Metodi didattici	Si utilizzeranno lezioni frontali e partecipate, dimostrazioni strumentali pratiche in laboratorio e sul campo.
Tipo di esame	<i>Scritto ed orale</i>
Prerequisiti per sostenere l'esame	<i>E' preferibile aver già sostenuto Fisiologia e Fisiologia Applicata all'esercizio.</i>
Modalità di valutazione/attribuzione voto	<i>(da indicare se diverso da quanto previsto dal regolamento)</i>
Lingua di insegnamento	Italiano
Indirizzi di riferimento	
filippo.tocco@tiscali.it ; Dipartimento di Scienze Mediche, LABFS, via Porcell 4, Cagliari.	
Modalità di ricevimento studenti	
Via Porcell 4, Cagliari; previo appuntamento via mail.	

[Torna all'indice](#)

ENGLISH VERSION**Functional Evaluation in Sports**

Disciplinary and scientific sector (SSD)	M-EDF02
Academic year	2°
Semester (Period)	2°
Credits (CFU)	9
Moduli	1. 2.
Global workload (in hours)	Totale ore di lezione (18) Number of hours to attribute to and individual studies (..) Totale ore di laboratorio(12) Totale ore di esercitazione (12) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Filippo Tocco
Teachers..... del Corso Integrato	Filippo Tocco
Learning autocomes	
1. <i>Development of basic understanding of the subject and the ability to use advanced textbooks and specialized articles, in order to allow the cutting-edge knowledge on the topics;</i> 2. <i>Acquisition of the ability to apply the knowledge in a manner that indicates a professional approach to work, with appropriate expertise to problem solving within their field;</i> 3. <i>Acquisition of the ability to gather and interpret data on scientific issues;</i> 4. <i>Acquisition of the ability to communicate information, ideas, problems and solutions;</i> 5. <i>Development of those learning skills necessary to undertake further studies with a high degree of autonomy.</i>	
learning content (Max 3800 caratteri)	
<i>Physical performance pivotal factors: review of Biochemistry, Functional Anatomy and applied Physiology. The physiological basis of functional assessment. The aerobic and anaerobic thresholds: assessment methods. Biochemical and metabolic production of lactic acid.</i> <i>Physiological classification of sports.</i> <i>Functional assessment tools: methods of measurement biomechanics, ergometers and measures.</i> <i>Functional assessment tools: methods of hemodynamic, respiratory and metabolic measurements and related measures.</i> <i>The field and laboratory tests for the determination of performance.</i> <i>Practical applications: athletics, cycling, swimming, team sports, etc.</i> <i>Equations for mechanical work and energy consumption calculating versus direct measurements.</i> <i>Functional models of performance.</i> <i>Functional model of performance in the marathon, middle distance running, cycling, swimming etc.</i>	
Reference books	
Dal Monte, Faina: Valutazione dell'atleta; UTET; Wilmore and Costill: Fisiologia dello Sport; Calzetti Mariucci Cerretelli: Manuale di fisiologia dello sport e del lavoro muscolare; UNIVERSO Di Prampero: La locomozione umana su terra, in acqua, in aria, fatti e teorie; EDI ERMES Original and review papers.	
Teaching methods	<i>Lectures and experimental sessions</i>
Learning assessment method	<i>Writing and Speaking</i>
Prerequisites	<i>Applied Physiology Skills</i>
Modalità di valutazione/attribuzione voto	30/30



Language of learning	Italian and English
Address	
filippo.tocco@tiscali.it ; Dipartimento di Scienze Mediche, LABFS, via Porcell 4, Cagliari.	
Attendance	
Via Porcell 4, Cagliari; <i>by appointment by mail</i> .	

[Torna all'indice](#)



III ANNO**Corso Integrato di Primo Soccorso**

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	NN
Anno di corso	<i>III</i>
Semestre	<i>II</i>
Numero totale di crediti	<i>1</i>
Moduli	1. PRIMO SOCCORSO
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione 8 (compresa pratica su manichino) Totale ore di studio individuale(4)
Coordinatore del Corso Integrato	<i>Mura Paolo</i>
Docenti del Corso Integrato	<i>Mura Paolo</i>
Risultati di apprendimento attesi	
Conoscenza e capacità di comprensione (knowledge and understanding) Conoscere l'importanza epidemiologica dell'applicazione protocolli di rianimazione, nella persona priva di conoscenza, eventualmente vittima di arresto cardiaco improvviso, in particolare nel contesto sportivo. Elementi minimi di medicina legale riferibili al concetto di omissione di soccorso.	
Capacità di applicare conoscenza e comprensione (applying knowledge and understanding) Apprendimento dei protocolli di BLSD (Basic Life Support and Defibrillation) delle principali società scientifiche Europee e Americane; assunzione di capacità critica minima riguardo le stesse, in particolare riguardo gli aspetti in cui differiscono e riguardo la loro evoluzione nel tempo (e la conseguente necessità del periodico e autonomo aggiornamento a riguardo).	
Autonomia di giudizio (making judgements) Riconoscimento e gestione congrua di situazioni che richiedono l'applicazione delle conoscenze apprese, e limiti dell'intervento da mettere in atto.	
Abilità comunicative (communication skills) Apprendimento delle informazioni da comunicare a terze parti coinvolte, nel contesto della gestione di un arresto cardiaco (operatori del servizio di emergenza, astanti, personale medico)	
Capacità di apprendimento (learning skills)	
Programma esteso del corso	
Lo studente deve apprendere un programma sintetico sullo stato attuale delle linee guida nazionali e	



internazionali disponibili, rispettando i parametri di evidenza scientifica, efficienza ed efficacia sulle emergenze più comuni, in particolare sulla perdita di coscienza, arresto respiratorio e sull'arresto cardiaco non traumatico.

Deve essere in grado di correlare le conoscenze più recentemente acquisite durante il corso di studi, in particolare nel campo dell'anatomia e fisiologia, ad un ipotetico scenario di emergenza.

Testi di riferimento

Manuali BLS/D aggiornati delle società AHA (American Heart Association) e ERC (European Resuscitation Council)

Metodi didattici	<i>lezioni frontali e esercitazioni pratiche</i>
Tipo di esame	<i>Scritto</i>
Prerequisiti per sostenere l'esame	
Modalità di valutazione/attribuzione voto	<i>Questionario a scelta multipla, voto proporzionato a numero di risposte corrette normalizzate al questionario migliore tra quelli valutati</i>
Lingua di insegnamento	Italiano

Indirizzi di riferimento

mura_paolo@hotmail.com

Modalità di ricevimento studenti

Non prevedibili per attività clinica incompatibile

[Torna all'indice](#)



Corso Integrato di Principi di Farmacologia ed Endocrinologia

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	BIO/14 MED/13
Anno di corso	III
Semestre	I
Numero totale di crediti	5
Moduli	1. Farmacologia (2 CFU) 2. Endocrinologia (3 CFU)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (40) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (..) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Fadda Paola
Docenti del Corso Integrato	Loviselli Andrea (2CFU) Velluzzi Fernanda (1 CFU) Fadda Paola
Obiettivi formativi del corso integrato	
Comprensione dei principi generali della Farmacologia in modo che lo studente possa fare propri concetti di base importanti per la comprensione dei rischi e dei benefici associati all'uso dei farmaci e fondamentali per la tutela della salute del cittadino Il corso si occupa dei meccanismi d'azione, la generazione degli effetti, la farmacocinetica e le reazioni avverse dei farmaci con particolare riferimento ad alcune delle classi più frequentemente utilizzate in ambiente motorio e sportivo. Per la parte di Endocrinologia gli obiettivi del corso sono i seguenti: 1. Fornire le basi fisiopatologiche necessarie per la comprensione del ruolo del sistema endocrino e del metabolismo nello sviluppo somatico e nelle attività motorie. 2. Fornire le basi fisiopatologiche necessarie per la comprensione degli effetti delle attività motorie in generale, e dei vari tipi di attività sportiva sul sistema endocrino. 3. Fornire le basi per la comprensione delle modalità di uso in ambito sportivo degli ormoni come doping, dei rischi per la salute connessi a questa pratica e dei metodi impiegati per l'identificazione dell'uso illecito di sostanze ormonali. Alla fine del corso lo studente sarà in grado di utilizzare le conoscenze di base acquisite per la comprensione di altre discipline e per una applicazione pratica in campo di ricerca in tema di fisiopatologia dello sport con possibile coinvolgimento in ambito laboratoristico e strumentale	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Farmacologia generale Principi Generali Definizione di farmaco Origine e classificazione dei farmaci Farmacocinetica Vie di somministrazione Trasporto attraverso le barriere biologiche Distribuzione e legame farmacoproteico Biotrasformazione e bioattivazione Escrezione renale ed extrarenale dei farmaci Parametri di farmacocinetica: biodisponibilità, volume apparente di distribuzione; emivita plasmatica; clearance. Farmacodinamica Meccanismo d'azione dei farmaci Interazione farmaco-recettore	



Agonisti, antagonisti, agonisti parziali
Curve dose-risposta
Affinità, potenza, efficacia, indice terapeutico

Principi di Farmacologia clinica

Effetti indesiderati e reazioni avverse dei farmaci
Interazioni tra farmaci

Farmacologia speciale

Farmacologia del sistema nervoso autonomo
Analgesici oppioidi e non oppioidi
Farmaci anti-infiammatori non-steroidi (fans) ed altri antipiretici/analgesici
Farmaci anti-infiammatori steroidei
Miorilassanti
Anestetici locali
Sostanze dopanti

Endocrinologia

Cenni di fisiologia del sistema endocrino
-introduzione al sistema endocrino: i principali assi endocrini
-meccanismi di secrezione, attività e risposta ormonali
-regolazione dell'omeostasi endocrina in corso di esercizio fisico

Asse ipotalamo-ipofisi- tiroide

- Cenni di fisiologia
- Alterazioni della funzione tiroidea in corso di esercizio fisico
- Cenni sui principali quadri patologici tiroidei:
 - sindromi ipertiroidiche
 - sindromi ipotiroidiche
 - gozzo non tossico e tumori della tiroide
 - tiroiditi
- Esercizio fisico in corso di ipotiroidismo e ipertiroidismo

Asse ipotalamo – ormone della crescita (GH) – somatomedina C (IGF-1)

- Cenni di fisiologia
- Secrezione di GH ed esercizio fisico
- Cenni sui principali quadri patologici:
 - eccesso di GH (acromegalia e gigantismo)
 - deficit di GH: pre-puberale (nanismo)
post-puberale
- Eccesso e difetto di GH ed esercizio fisico

Asse ipotalamo-ipofisi gonadi (nel maschio)

- Cenni di fisiologia
- Asse ipotalamo-ipofisi-gonadi maschile ed esercizio fisico
- Cenni sui principali quadri patologici:
 - ipogonadismi primitivi e secondari

Asse ipotalamo-ipofisi gonadi (nella femmina)

- Cenni di fisiologia
- Asse ipotalamo-ipofisi-gonadi femminile ed esercizio fisico
- Cenni sui principali quadri patologici:
 - amenorree, irsutismi, virilismi

Cenni sul controllo ormonale della differenziazione sessuale

Pubertà

- Cenni di endocrinologia dello sviluppo puberale



-Pubertà ed esercizio fisico

Asse ipotalamo-ipofisi-surrene

- Cenni di fisiologia
- Glicocorticoidi ed esercizio fisico
- Mineralcorticoidi ed esercizio fisico
- Cenni sulla patologia da eccesso o difetto della secrezione di cortisolo e/o aldosterone:
 - sindrome di Cushing, iperaldosteronismo primitivo (m. di Conn), iperaldosteronismi secondari
 - morbo di Addison
- Patologia surrenalica ed esercizio fisico

Sistema simpato-adrenergico

- Cenni di fisiologia
- Il sistema simpato-adrenergico nell'esercizio fisico
- Cenni su patologia del sistema simpato-adrenergico: il feocromocitoma

Regolazione endocrina dell'equilibrio idro-salino

- Cenni di fisiologia
- Secrezione ormoni post-ipofisari (vasopressina, ossitocina) ed esercizio fisico
- Cenni sul diabete insipido

Paratiroidi e metabolismo fosfo-calcico

- Cenni di fisiologia
- Iperparatiroidismo ed ipercalcemie
- Ipoparatiroidismo ed ipocalcemie
- Osteoporosi (aspetti endocrini)
- Metabolismo fosfo-calcico ed esercizio fisico

Metabolismo glucidico

- Cenni di fisiologia
- Metabolismo dei carboidrati e degli altri substrati in corso di esercizio fisico
- Patologia del metabolismo glucidico:
 - Diabete mellito tipo I
 - Diabete mellito tipo II
 - Cenni di terapia del diabete mellito con particolare riguardo al controllo glicemico nell'atleta diabetico
 - Le ipoglicemie

Metabolismo lipidico

- Cenni di fisiologia
- Le dislipidemie
- Le dislipidemie e l'esercizio fisico

Obesità

- Inquadramento fisiopatologico e classificazione delle obesità
- Obesità ed esercizio fisico

Il problema del doping ormonale nello sport

- Steroidi anabolizzanti
- GH
- Simpatomimetici (amfetamine)
- Eritropoietina
- Altri

Testi di riferimento

Endocrinologia e Attività Motorie. A, Lenzi, G. Lombardi, E. Martino, F. Trimarchi. Elsevier Masson S.r.l



2008

Endocrinologia Clinica Donato Ziliotto Piccin 2009

F. Rossi , V. Cuomo, C. Riccardi Farmacologia Principi di base e applicazioni terapeutiche.
Edizioni Minerva Medica

Katzung, Masters ,Trevor Farmacologia generale e Clinica Piccin

Metodi didattici	Lezioni frontali integrate da sedute interattive.
Tipo di esame	La prova d'esame si svolgerà in forma di Prova in itinere (Esame scritto) al termine del corso + completamento orale Esame orale tutti gli appelli successivi al primo dopo la fine del corso
Prerequisiti per sostenere l'esame	<i>Anatomia, biochimica, biologia generale, fisiologia</i>
Modalità di valutazione/attribuzione voto	lo studente dovrà dimostrare la conoscenza degli argomenti trattati a lezione e nei testi in programma. Il giudizio sarà espresso in trentesimi.
Lingua di insegnamento	Italiano

Indirizzi di riferimento

FADDA PAOLA

Telefono: 070/675-4326 - 4332 - 4333 fax: 070/675-4312

Struttura: Dipartimento di Scienze Biomediche (sezione di Neuroscienze e Farmacologia Clinica)

Cittadella Universitaria Monserrato

Email: pfadda@unica.it

FERNANDA VELLUZZI

Telefono:

Struttura:

Email:

ANDREA LOVISELLI Telefono: 070/675-4268

Struttura: Istituto Fisiologia via Porcell 4 Cagliari

Dipartimento di Scienze Mediche

Email: alovise@medicina.unica.italovise@teletu.it**Modalità di ricevimento studenti**

Andrea Loviselli: su appuntamento martedì ore 12-13 via Porcell 4 Telefono: 070/675-4268 segreteria telefonica viva voce.

[Torna all'indice](#)

Corso Integrato di Psicologia applicata alle attività motorie e sportive 2

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-PSI/02 M-PSI/04
Anno di corso	<i>III</i>
Semestre	<i>I</i>
Numero totale di crediti	<i>6</i>
Moduli	3. Psicologia dello sport (3CFU) 4. Psicologia dello sviluppo (3 CFU)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (48) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (..) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	<i>Guicciardi Marco</i>
Docenti del Corso Integrato	1. Guicciardi Marco 2. Mangia Eugenio
Obiettivi formativi del corso integrato	
<i>Acquisizione di conoscenze dei fenomeni e processi psicologici che hanno luogo nel corso dello sviluppo e in ambito sportivo e motorio. Lo studente sarà in grado di utilizzare le conoscenze acquisite per l'analisi dei processi psicologici implicati nell'allenamento e nella conduzione di gruppi sportivi e di esercizio fisico. Il corso prevede di stimolare le capacità di lavoro sia autonomo che di gruppo. A tale scopo si ritiene opportuno: approfondire le tematiche proposte con riflessioni derivanti dalla propria esperienza; individuare adeguate soluzioni a problematiche che possono intervenire nel corso dell'infanzia e dell'adolescenza; ipotizzare e formulare possibili strategie di intervento nelle situazioni educative e sportive. Il corso si propone di far acquisire allo studente: a) una terminologia appropriata e la capacità di utilizzare in modo appropriato il linguaggio disciplinare; b) la capacità di saper argomentare efficacemente il proprio punto di vista e di saper esporre con chiarezza e correttezza il contenuto dei principali costrutti della disciplina.</i>	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Modulo di Psicologia dello sport • Motivazioni alla pratica sportiva • Emozioni e preparazione mentale • Sé fisico e autoefficacia • Coesione di gruppo • Attività fisica e benessere	

Modulo di Psicologia dello sviluppo	
• Lo sviluppo fisico e motorio del bambino • Lo sviluppo cognitivo • Lo sviluppo sociale • Lo sviluppo emotivo e affettivo • L'adolescenza	
Testi di riferimento	
<i>Spinelli D. (2002). Psicologia dello sport e del movimento umano. Bologna, Zanichelli</i> Camaioni L., Di Blasio P. <i>Psicologia dello sviluppo</i>, Il Mulino (Capitoli: II, IV, VI, VII, VIII) Copia delle diapositive presentate a lezione nel modulo di psicologia dello sport Coloro che non potranno frequentare continuativamente le lezioni (70%) sono tenuti a integrare la preparazione con lo studio: - tre capitoli scelti dal seguente libro di ricerche: Guicciardi M. (2003). <i>Psicologia e sport</i>. Milano, Guerini; - i capitoli I, III e V del libro: Camaioni L., Di Blasio P. <i>Psicologia dello sviluppo</i>, Il Mulino	
Metodi didattici	Lezioni frontali. Durante le lezioni saranno proiettati audiovisivi e sequenze di filmati videoregistrati. Esercitazioni (compatibilmente con disponibilità di tutor)
Tipo di esame	L'esame è scritto (test con domande aperte brevi e con risposte a scelta multipla). <u>Iscrizione esame obbligatoria tramite ESSE3</u>
Prerequisiti per sostenere l'esame	Firme di frequenza e compilazione del questionario online, al fine di poter accedere al sistema ESSE3
Modalità di valutazione/attribuzione voto	Voto espresso in trentesimi
Lingua di insegnamento	Italiano
Indirizzi di riferimento	
Marco Guicciardi Dipartimento di Psicologia (studio n. 18), Via Is Mirrionis, 1, CA - Tel. 070 6757518 Email: guicciardi@unica.it Eugenio Mangia Email: eugeniomangia@tiscali.it	

Modalità di ricevimento studenti

<i>Consultare il sito: http://people.unica.it/marcoguicciardi/</i>
--

[Torna all'indice](#)

ENGLISH VERSION**Psychology applied to sport and motor activities 2**

Disciplinary and scientific sector (SSD)	M-PSI/02 M-PSI/04
Academic year	<i>III</i>
Semester (Period)	<i>I</i>
Credits (CFU)	<i>6</i>
Moduli	3. Sport Psychology (3 CFU) 4. Developmental Psychology (3 CFU)
Global workload (in hours)	Totale ore di lezione 56 Number of hours to attribute to and individual studies (..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (..) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	<i>Guicciardi Marco</i>
Teachers..... del Corso Integrato	1. Guicciardi Marco 2. Mangia Eugenio
Learning autocomes	
<i>Knowledge of psychological processes that appear in the lifetime and motor and sport activities. Student must be able to apply knowledge learned to analysis of psychological processes into training and exercise and sport groups. The course aims to stimulate the individual and teamwork. For this purpose, it is considered appropriate: to deepen the themes proposed by reflections arising from his own experience; identify appropriate solutions to problems that can occur during childhood and adolescence; speculate and formulate possible intervention strategies in the educational and sport settings. The course aims to provide the student with: a) a scientific terminology and the ability to make appropriate use of the field knowledges; b) the ability to effectively argue their point of view and be able to expose with clarity and correctness of the content the main constructs of the discipline.</i>	
Learning content (Max 3800 caratteri)	
Module of Sport Psychology • Motivation to sport • Emotions and mental training • Physical Self-Concept and Self-Efficacy • Sport Cohesion • Physical Activity and wellbeing	

Module of Developmental Psychology

- Physical and motor development
- Cognitive development
- Social development
- Emotional and affective development
- Adolescence

Reference books

Spinelli D. (2002). Psicologia dello sport e del movimento umano. Bologna, Zanichelli

Camaioni L., Di Blasio P. Psicologia dello sviluppo, Il Mulino (Capitoli: II, IV, VI, VII, VIII)

Slides presented in class (only for sport psychology).

Students that can't attend more of 70% of lessons, have to integrate their understanding with:

- *A free selection of three chapters of the book: Guicciardi M. (2003). Psicologia e sport. Milano, Guerini;*
- *Chapters I,III and V of the book: Camaioni L., Di Blasio P. Psicologia dello sviluppo, Il Mulino*

Teaching methods

Frontal lectures.

During lessons will be used audiovisual materials.

Exercises with tutors (if available)

Learning assessment method

The exam is written with questions requiring short answers or multiple choice. The registration by ESSE 3 is compulsory

Prerequisites

Signatures of attendance and completion of questionnaire online are mandatory.

Modalità di valutazione/attribuzione voto

Grades reported in thirtieths

Language of learning

Italian

Indirizzi di riferimento

Marco Guicciardi

Dipartimento di Psicologia (studio n. 18), Via Is Mirrionis, 1, CA - Tel. 070 6757518

Email: marco.guicciardi@unica.it

Eugenio Mangia

Email: eugeniomangia@tiscali.it

Modalità di ricevimento studenti

Visit the website: <i>http://people.unica.it/marcoguicciardi/</i>

[Torna all'indice](#)

Corso Integrato di Patologia dell'Apparato Locomotore

[Torna all'indice](#)

Corso Integrato di Metodi e didattiche delle attività motorie

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-EDF/01
Anno di corso	III
Semestre	II
Numero totale di crediti	12
Moduli	3. Laboratorio per età evolutiva, adulta, anziana (3 cfu) 4. Laboratorio per preventiva e adattata (3 cfu) 5. Per età evolutiva, adulta, anziana (3 cfu) 6. Preventiva e adattata (3 cfu)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione Totale ore di laboratorio
Coordinatore del Corso Integrato	Tocco Filippo
Docenti del Corso Integrato	Tocco Filippo (Preventiva e adattata) Bando (Per età evolutiva, adulta e anziana)
Risultati di apprendimento attesi	
Gli obiettivi che il corso integrato si prefigge sono: - fornire agli studenti una solida preparazione nell'area delle scienze motorie adattate alle diverse specificità e disabilità in modo che possano essere in grado di progettare, condurre e gestire le attività motorie e sportive; - produrre competenze di livello avanzato per poter operare nell'ambito delle attività motorie e sportive adattate per un'ottimale efficienza fisica nelle diverse età, con finalità di: prevenzione, mantenimento e recupero, evidenziando gli aspetti ricreativi e di socializzazione; - garantire la conoscenza di principi, metodologie e tecniche di allenamento per l'educazione motoria e sportiva per i disabili; - far sì che gli studenti siano in grado di lavorare con ampia autonomia, affinché possano assumere responsabilità in progetti e strutture. In definitiva, gli studenti del corso, dovranno essere capaci di esercitare funzioni di elevata responsabilità nei vari ambiti di progettazione, conduzione e gestione delle attività motorie e sportive preventive e adattate.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
<u>Rischi, costi e benefici della attività motoria nelle patologie croniche e disabilità.</u> - La attività sportiva adattata in relazione all'età o specifiche condizioni fisiologiche: soggetti in età evolutiva, anziani, gravidanza, menopausa. - La attività sportiva adattata nelle malattie cardiovascolari: Infarto del miocardio, Angina ed ischemia silente, Fibrillazione Atriale, Portatori di pace-maker e defibrillatori, Valvulopatie, Scompenso cardiaco, Trapianto cardiaco, Iperensione, Arteriopatie periferiche, Aneurismi. - La attività sportiva adattata nelle malattie metaboliche: Insufficienza renale, Insufficienza epatica, Diabete, Iperlipidemie, Obesità.	

- La attività sportiva adattata nelle malattie Neuromuscolari: Ictus, Paraplegie e tetraplegie, Distrofie muscolari, Epilessia, Sclerosi Multipla, Poliometite, Sclerosi laterale amiotrofica, Paralisi celebrale, Malattia di Parkinson.
- Programmazione dell'attività fisica in soggetti in età evolutiva, anziani, gravidanza, menopausa.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie cardiovascolari: Infarto del miocardio, Angina ed ischemia silente, Fibrillazione Atriale, Portatori di pace-maker e defibrillatori, Valvulopatie, Scompenso cardiaco, Trapianto cardiaco, Iperensione, Arteriopatie periferiche, Aneurismi.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie metaboliche: Insufficienza renale, Insufficienza epatica, Diabete, Iperlipidemie, Obesità.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie Neuromuscolari: Ictus, Paraplegie e tetraplegie, Distrofie muscolari, Epilessia, Sclerosi Multipla, Poliometite, Sclerosi laterale amiotrofica, Paralisi celebrale, Malattia di Parkinson.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie immunologiche ed ematologiche: Cancro, AIDS, Trapianti di organi addominali (fegato, rene, pancreas), Sindrome di fatica cronica, Fibromialgia, Anemia, Disturbi della coagulazione.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie e disabilità osteo-articolari: Artropatie, Lombo-sciatalgia cronica, Osteoporosi, Amputazioni.
- Programmazione dell'attività fisica nei Disturbi Cognitivi, Psichiatrici e Sensoriali: Ritardo Mentale, Alzheimer, Malattia mentale, Sordità, Cecità.
- Disabilità motorie:
 - a) Le classificazioni tradizionali e funzionali: identificazione del potenziale motorio residuo dell'atleta per una specifica attività sportiva.
 - b) L'idoneità medico sportiva per la pratica agonistica di attività sportive per disabili fisici –ausili e presidi specifici per ottimizzare la performance sportiva nei disabili fisici.
 - c) Sport adattati all'atleta con disabilità fisica: discipline sportive (Pallavolo, Basket, Scherma, ecc.) adattate alla disabilità fisica e i loro regolamenti - metodologie di allenamento specifiche per l'attuazione pratica.

Programma esteso del corso

Rischi, costi e benefici della attività motoria nelle patologie croniche e disabilità.

- La attività sportiva adattata in relazione all'età o specifiche condizioni fisiologiche: soggetti in età evolutiva, anziani, gravidanza, menopausa.
- La attività sportiva adattata nelle malattie cardiovascolari: Infarto del miocardio, Angina ed ischemia silente, Fibrillazione Atriale, Portatori di pace-maker e defibrillatori, Valvulopatie, Scompenso cardiaco, Trapianto cardiaco, Iperensione, Arteriopatie periferiche, Aneurismi.
- La attività sportiva adattata nelle malattie metaboliche: Insufficienza renale, Insufficienza epatica, Diabete, Iperlipidemie, Obesità.
- La attività sportiva adattata nelle malattie Neuromuscolari: Ictus, Paraplegie e tetraplegie, Distrofie muscolari, Epilessia, Sclerosi Multipla, Poliometite, Sclerosi laterale amiotrofica, Paralisi celebrale, Malattia di Parkinson.
- Programmazione dell'attività fisica in soggetti in età evolutiva, anziani, gravidanza, menopausa.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie cardiovascolari: Infarto del miocardio, Angina ed ischemia silente, Fibrillazione Atriale, Portatori di pace-maker e defibrillatori, Valvulopatie, Scompenso cardiaco, Trapianto cardiaco, Iperensione, Arteriopatie periferiche, Aneurismi.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie metaboliche: Insufficienza renale, Insufficienza epatica, Diabete, Iperlipidemie, Obesità.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie Neuromuscolari: Ictus, Paraplegie e tetraplegie, Distrofie muscolari, Epilessia, Sclerosi Multipla, Poliometite, Sclerosi laterale amiotrofica, Paralisi celebrale, Malattia di

Parkinson.

Sport per disabili

- Concetti generali - retrospettiva storica degli sport per disabili - organizzazioni nazionali e internazionali per lo sport per disabili.
- Classificazione Internazionale del Funzionamento della Disabilità e della Salute (ICF)
- Disabilità sensoriali (deficit visivi e uditivi):
 - a. L'idoneità medico sportiva per la pratica agonistica/non agonistica di attività sportive per disabili sensoriali.
 - b. Sport adattati all'atleta con disabilità sensoriale; regolamenti – principi e metodologie di allenamento specifiche per l'attuazione pratica - Organizzazioni nazionali e Internazionali per lo sport per l'atleta con disabilità sensoriale. Programmazione dell'attività fisica nelle malattie respiratorie: Broncopneumopatia cronica ostruttiva, restrittiva, Asma, Fibrosi cistica.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie immunologiche ed ematologiche: Cancro, AIDS, Trapianti di organi addominali (fegato, rene, pancreas), Sindrome di fatica cronica, Fibromialgia, Anemia, Disturbi della coagulazione.
- Programmazione dell'attività fisica nelle malattie e disabilità osteo-articolari: Artropatie, Lombo-sciatalgia cronica, Osteoporosi, Amputazioni.
- Programmazione dell'attività fisica nei Disturbi Cognitivi, Psichiatrici e Sensoriali: Ritardo Mentale, Alzheimer, Malattia mentale, Sordità, Cecità.
- Disabilità motorie:
 - d) Le classificazioni tradizionali e funzionali: identificazione del potenziale motorio residuo dell'atleta per una specifica attività sportiva.
 - e) L'idoneità medico sportiva per la pratica agonistica di attività sportive per disabili fisici –ausili e presidi specifici per ottimizzare la performance sportiva nei disabili fisici.
 - f) Sport adattati all'atleta con disabilità fisica: discipline sportive (Pallavolo, Basket, Scherma, ecc.) adattate alla disabilità fisica e i loro regolamenti - metodologie di allenamento specifiche per l'attuazione pratica.
- Disabilità intellettuale-relazionale:
 - a) Organizzazioni nazionali e Internazionali per lo sport per l'atleta con disabilità intellettuale-relazionale: FISDIR-INASFID - Special Olympics International.
 - b) L'idoneità medico sportiva per la pratica agonistica/non agonistica di attività sportive per disabili intellettuali-relazionali.
 - c) Sport adattati all'atleta con disabilità intellettuale-relazionale: regolamenti – principi e metodologie di allenamento specifiche per l'attuazione pratica.

Testi di riferimento

J.L. Dustine and G.E Moore - ACSM's Exercise management for persons with Chronic diseases and disabilities — Human Kinetics, 2003.

L. Bertini – Attività sportive adattate – Calzetti e Mariucci Editori, 2005.

Materiale didattico fornito dai docenti.

Metodi didattici	<i>Lezioni frontali, dimostrazioni di laboratorio, esercitazioni pratiche, tirocini, seminari.</i>
Tipo di esame	<i>Scritto e orale</i>
Prerequisiti per sostenere l'esame	<i>Propedeuticità: Anatomia, Fisiologia.</i>
Modalità di valutazione/attribuzione voto	<i>Media ponderata</i>

Lingua di insegnamento	Italiano – Inglese (in relazione ai testi e riferimenti bibliografici adottati)
Indirizzi di riferimento	
Mail: filippo.tocco@tiscali.it	
Modalità di ricevimento studenti	
MODALITA' DI RICEVIMENTO: su appuntamento, orario da concordare col docente; LUOGO DI RICEVIMENTO: Sezione di Fisiologia, Via Porcell 4, Cagliari.	

[Torna all'indice](#)

Corso Integrato di Patologia dell'Apparato Locomotore

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	MED 16; MED 33; MED 34
Anno di corso	III
Semestre	II
Numero totale di crediti	9
Moduli	1. Medicina Fisica e Riabilitativa (3 CFU) 2. Patologia dell'Apparato Locomotore (3 CFU) 3. Reumatologia (3 CFU)
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (72)
Coordiatore del Corso Integrato	Cauli Alberto
Docenti del Corso Integrato	1. Piria Mauro 2. Capone Antonio 3. Cauli Alberto
Risultati di apprendimento attesi	
Il corso fornisce conoscenze base sulle più comuni condizioni patologiche dell'apparato locomotore e su quelle potenzialmente inducibili in tale apparato da pratiche sportive, nonché tematiche concernenti la patologia di altri apparati pertinenti agli obiettivi e finalità del corso.	
Programma sintetico del corso (Max 3800 caratteri)	
Modulo 1. Medicina Fisica e Riabilitativa (3 CFU) – 24 ore Esame articolare; esame muscolare; la chinesiterapia; chinesiterapia passiva (allineamento posturale, mobilizzazione passiva); chinesiterapia attiva (esercizi attivi, rieducazione neuromotoria, esercizio terapeutico conoscitivo, rieducazione funzionale) ; esercizi attivi segmentari (isometrici, isotonici, isocinetici; le catene cinetiche (chiusa, aperta, frenata); esercizio terapeutico nei paramorfismi e dimorfismi; A.F.A. attività fisica adattata.	

Modulo 2. Malattie apparato locomotore (3 CFU) - 24 ore

Displasia congenita anca; torcicollo; piede torto congenito; paralisi ostetriche; scoliosi e dorso curvo; osteocondrosi; epifisiolisi; osteonecrosi; artrosi; trattamento chirurgico dell'artrosi arto inf.; lombalgia; ernie del disco; patologie degenerative tendinee della mano: Dupuytren, de Quervain, tenosinovite flessori; compressione nervo mediano ed ulnare al carpo; generalità fratture; fratture del collo femore; fratture vertebrali; fratture avambraccio; fratture del polso; lesioni capsulo-legamentose della spalla e del ginocchio; lesioni muscolari

Modulo 3. Reumatologia (3 CFU) - 24 ore

Presentazione del corso – materiale didattico – modalità verifiche – test precorso; mobilità articolare (in rapporto a condizioni patologiche); tessuti

connettivali (in rapporto ai meccanismi di lesione); fattori eziologici delle patologie artritiche; meccanismi fisiopatologici delle artriti e periartriti

acute; meccanismi fisiopatologici delle artriti croniche; meccanismi riparativi e compensatori; artriti reattive e spondilopatie; artrite reumatoide: il danno anatomico-funzionale; fattori eziologici e di rischio delle varie forme di osteoartrite; meccanismi fisiopatologici di degenerazione cartilaginea; osteoartrite e complicanze; reumatismi extra articolari localizzati (borsiti, tenosinoviti, ecc.); reumatismi extra articolari generalizzati: fibromialgia; osteoporosi (epidemiologia, genesi, evoluzione); atropatie; patologie reumatologiche e indicazioni e controindicazioni allo svolgimento dell'attività motoria per il recupero e il mantenimento della capacità fisica nel deficit funzionale transitorio o stabilizzato; organizzazione e metodi di apprendimento del programma svolto; attività didattica assistita – didattica interattiva – esercitazioni – verifiche in itinere e fine-corso.

Testi di riferimento	
Medicina fisica e riabilitativa: Dispense del prof. Piria Malattie dell'apparato locomotore: MANUALE DI ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA, Autori: Giannini, Faldini, Edizione Minerva Medica	
Metodi didattici	Lezioni frontali
Tipo di esame	Esame scritto, esame orale
Prerequisiti per sostenere l'esame	Frequenza
Modalità di valutazione/attribuzione voto	L'esame si basa su una prova scritta o orale per valutare la preparazione dello studente in ogni singolo modulo. Il voto finale del corso integrato è espresso dalla Commissione in trentesimi e rappresenta la media delle votazioni riportate nei singoli moduli.
Lingua di insegnamento	Italiano

Indirizzi di riferimento
Dr Mauro Piria mauopiria@alice.it Prof. Antonio Capone anto.capone@tiscali.it Dr. Alberto Cauli: cauli@medicina.unica.it
Modalità di ricevimento studenti
Dr Mauro Piria: dopo averlo concordato per mail (mauopiria@alice.it), riceve il venerdì, dalle 9 alle 10, in via Goldoni, n. 9/A, a Cagliari. Prof. Antonio Capone : Clinica Ortopedica Ospedale Marino Cagliari, riceve su appuntamento 070/372377 Dr. Alberto Cauli: cauli@medicina.unica.it

Corso Integrato di Tecniche e didattica degli sport di squadra

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-EDF/02
Anno di corso	3
Semestre	2
Numero totale di crediti	12
Moduli	1. Tecniche e didattica degli sport di squadra 2. Esercitazioni
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (36) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (72) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Massidda Myosotis
Docenti del Corso Integrato	Massidda Myosotis (Modulo 1)
Risultati di apprendimento attesi per il Modulo 1	

1. Acquisizione della conoscenza di base della materia e della capacità di utilizzo di libri di testo
2. Acquisizione della capacità di applicare le conoscenze in maniera da dimostrare un approccio professionale al lavoro, con competenza adeguata sia per ideare e sostenere argomentazioni che per risolvere problemi nel proprio campo;
3. Acquisizione della capacità di raccogliere e interpretare libri di avanzati ed articoli specialistici, al fine di permettere la conoscenza su alcuni temi d'avanguardia;
4. Acquisizione della capacità di analizzare i dati (nel proprio campo di studio) ritenuti idonei a determinare giudizi autonomi sui temi a essi connessi;
4. Acquisizione della capacità di comunicare informazioni, idee, problemi e risultati a interlocutori specialisti e non;
5. Sviluppo della capacità di apprendimento necessaria per intraprendere studi successivi con un alto grado di autonomia;
6. Acquisizione della capacità di analizzare scientificamente i diversi aspetti che compongono il modello di prestazione delle diverse discipline sportive di squadra al fine di poter pianificare opportune strategie di training e valutazione che siano funzionali al soggetto e all'obiettivo da perseguire.

Programma sintetico del corso (Modulo 1 – 6 CFU – 36 ore)

Il Modello di Prestazione negli Sport di Squadra;

Utilizzo delle principali risorse elettroniche per le scienze dello sport;

Aspetti di statistica applicata agli Sport di Squadra;

Presentazione dei dati e comunicazione delle informazioni;

Aspetti genetici legati alla performance ed alla prevenzione degli infortuni negli Sport di Squadra;

Scienza del Calcio;

Scienza della Pallacanestro;

Scienza della Pallavolo.

Programma esteso del corso (Modulo 1 – 6 CFU – 36 ore)**CALCIO**

13. Cenni sul Regolamento;
14. Il Modello di prestazione;
 1. Richieste Fisiche;

2. Intensità di Gioco e caratteristiche tecniche;
15. Lo stato di Fitness del calciatore;
 1. Aspetti antropometrici;
 2. Funzione muscolare;
 3. Fitness anaerobico;
 4. Fitness aerobico;
 5. Agilità e Flessibilità;
16. Azioni muscolari durante le abilità tecniche del calcio;
 1. Corsa;
 2. Calci al pallone;
 3. Salti;
 4. Falli laterali.

PALLACANESTRO

1. Il Modello di prestazione;
 - Richieste Fisiche;
 - Intensità di Gioco e caratteristiche tecniche;
2. Lo stato di Fitness del giocatore di pallacanestro;
 - Aspetti antropometrici;
 - Funzione muscolare;
 - Fitness anaerobico;
 - Fitness aerobico;
 - Agilità e Flessibilità.

PALLAVOLO

1. Il Modello di prestazione;
 - Richieste Fisiche e caratteristiche tecniche;
 - Intensità di Gioco;
2. Lo stato di Fitness del pallavolista;
 - Aspetti antropometrici;
 - Funzione muscolare;

- Fitness anaerobico; - Fitness aerobico; - Agilità e Flessibilità.	
Testi di riferimento	
Articoli Scientifici e Dispense del docente.	
Metodi didattici	Lezioni teoriche e PBL in aula
Tipo di esame	Le verifiche saranno effettuate con una prova scritta caratterizzata da domande a risposta aperta e/o multipla.
Prerequisiti per sostenere l'esame	Teoria dell'allenamento e Valutazione Funzionale
Modalità di valutazione/attribuzione voto	La valutazione finale terrà conto dell'impegno mostrato durante le lezioni e del grado di preparazione raggiunto.
Lingua di insegnamento	Italiano/Inglese
Indirizzi di riferimento	
Modalità di ricevimento studenti	
Previo appuntamento da concordare via email al seguente indirizzo: myosotis.massidda@unica.it	

ENGLISH VERSION**Corso Integrato di Tecniche e didattica degli Sport di Squadra**

Disciplinary and scientific sector (SSD)	M-EDF/02
Academic year	2
Semester (Period)	2
Credits (CFU)	12
Modules	1. Tecniche e didattica degli sport individuali 2. Esercitazioni
Global workload (in hours)	Totale ore di lezione (36) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (72) Totale ore altre (..)
Coordinator	Massidda Myosotis
Teachers	Massidda Myosotis (Module 1)
Learning outcomes Module 1 (6 CFU - 36 hours)	
1. Acquisition of the basic knowledge of the subject and the ability to use advanced text books and specialized articles, in order to allow the cutting-edge knowledge on some topics; 2. Acquisition of the ability to apply their knowledge in a manner that indicates a professional approach to work, with appropriate expertise through devising and sustaining arguments and solving problems within their field; 3. Acquisition of the ability to gather and interpret data (in their field of study) suitable to inform judgments on the issues related thereto; 4. Acquisition of the ability to communicate information, ideas, problems and solutions to both specialist and non; 5. Development of those learning skills necessary to undertake further studies with a high degree of autonomy; 6. Acquisition of the ability to analyze by a scientific point of view the determinants of team sports performance in order to be able to plan appropriate training and evaluation strategies that are functional to	

the athletes and the objective being pursued.

learning content Module 1 (6 CFU – 6 hours)

Determinants of Team-sports performance;

Use of the main electronic database for sport sciences;

Statistical methods for Team-sports;

Data presentation and disclosure;

Genetic aspects of team-sports performance and injury prevention.

Science of Football;

Science of Basketball;

Science of Volleyball.

Reference books

Scientific Articles and teaching materials.

Teaching methods

Lectures and PBL

Learning assessment methods

Written test

Prerequisites

Functional Evaluation and Training Methods

Modalità di valutazione/attribuzione voto

The final assessment will take into account the commitment demonstrated during lessons and the level of preparation reached.

Language of learning

Italian and English

Address

Attendance

Upon email agreement: myosotis.massidda@unica.it

Programma Esercitazioni del Corso Integrato di Tecniche e didattica degli Sport di Squadra

Settore scientifico-disciplinare di riferimento (SSD)	M-EDF/02
Anno di corso	3
Semestre	2
Numero totale di crediti	12
Moduli	1. Tecniche e didattica degli sport di squadra 2. Esercitazioni
Carico di lavoro globale (monte ore) dello studente	Totale ore di lezione (36) Totale ore di studio individuale(..) Totale ore di laboratorio(..) Totale ore di esercitazione (72) Totale ore altre (..)
Coordinatore del Corso Integrato	Massidda Myosotis
Docenti del Corso Integrato	Massidda Myosotis (Modulo 1) Santus Michele (Modulo 2 – Calcio) Manca Mirco (Modulo 2 – Calcio) Sarah Mattana (Modulo 2 – Pallavolo) Collu Roberta (Modulo 2 – Pallavolo) Oggianu Marcello (Modulo 2 – Pallacanestro) Moro Federica (Modulo 2 – Pallacanestro)
Risultati di apprendimento attesi per il Modulo 2	
Acquisizione della conoscenza generale dei fondamentali di base relativi agli Sport Calcio, Pallavolo e Pallacanestro.	
Programma esteso del corso (Modulo 2 – 6 CFU – 72 ore)	
CALCIO (2CFU – 24 ore) - Fondamentali tecnici e tattica del Calcio (palleggio, passaggio, stop, tiro, attacco, difesa, Sistemi di Gioco, Dribbling) - Periodizzazione dell'allenamento nei settori giovanili (macro cicli, mesocicli, micro cicli e unità di allenamento nei diversi periodi) - Sistemi di valutazione e modulazione del carico di allenamento nel Calcio - La preparazione fisica nel Calcio (mezzi e metodi per lo sviluppo e il mantenimento delle capacità)	

La Tecnica di Base

- 1- calciare
- 2- ricevere
- 3- guidare
- 4- colpo di testa
- 5- contrasto

La tecnica applicata fase di possesso

- 1- smarcamento
- 2- difesa e controllo della palla
- 3- passaggio
- 4- finta e dribbling
- 5- tiro in porta

La strutturazione dell'unità didattica

- 1- fasi della seduta e loro periodizzazione
- 2- esempi pratici e la messa in campo
- 3- la partita di calcio

La fase di non possesso

- 1- presa di posizione
- 2- marcamento
- 3- intercettazione
- 4- contrasto indiretto
- 5- difesa della porta

Attrezzatura Minima richiesta per lo svolgimento dell'attività

- Campo da Calcio 11 Sintetico
- Palloni regolamentari Calcio n. 5 - n.60
- Coni n. 60
- Cinesini n.100
- Scala Agilità n.2
- Pettorine n. 30

PALLAVOLO (2CFU – 24 ore)

Il corso si pone come obiettivo quello di fornire agli studenti un inquadramento generale dello sport suddetto. Verranno approfonditi i fondamentali di base, impostando lezioni tipo utilizzate nell'insegnamento della disciplina, nelle varie fasce d'età, che comprendono giochi propedeutici e facilitanti.

Fondamentali di Base:

- Palleggio
- Bagher
- Schiacciata / Muro
- Battuta



Introduzione
 Tipologie del fondamentale
 Giochi propedeutici
 Simulazione gara

Regole e Schemi:

- Disposizione in campo
- Ruoli
- Falli di posizione
- Approccio alla gara

Valutazione:

La verifica finale si baserà sulla qualità della partecipazione e sui fondamentali di base acquisiti attraverso esercizi in coppia.

Attrezzatura Minima richiesta per lo svolgimento dell'attività

- 1 rete
- 30 palloni
- 8 cerchi
- 8 coni

PALLACANESTRO (2CFU – 24 ore)

Argomenti generici

Spiegazione del regolamento e del campo (distanze, linee), concetto di spaziature, differenza di tipologia di allenamento tra bambini, adolescenti, adulti e disabili.

Argomenti pratici

trattamento della palla (palleggio); passaggio; arresto; tiro da fermo; tiro in movimento; partenze; fondamentali d'attacco; fondamentali di difesa; partite (1vs1,2vs1,2vs2...5vs5).

Lezioni

- 1) Presentazioni, introduzione generale del corso, spiegazione del campo e del regolamento e indicazioni su come saranno strutturate le lezioni e su come suddividere un allenamento;
- 2) Riscaldamento, trattamento della palla(palleggio) adulti e bambini, spaziature;
- 3) Riscaldamento, richiamo sul palleggio. poi arresto e passaggi adulti e bambini;
- 4) Riscaldamento, richiamo sul palleggio, arresto e passaggi, altri tipi di passaggi e partenze adulti e bambini;
- 5) Riscaldamento, richiamo sul palleggio, arresto e passaggi. tiro da fermo adulti e bambini;
- 6) Riscaldamento, richiamo sul palleggio, arresto e passaggi, tiro da fermo. tiro in movimento adulti e bambini;
- 7) Riscaldamento, richiamo sul palleggio, arresto e passaggi, tiro da fermo, tiro in movimento. partenze adulti e bambini;
- 8) Riscaldamento, richiamo sul palleggio, arresto e passaggi, tiro da fermo, tiro in movimento e partenze. Fondamentali d'attacco con e senza palla;
- 9) Riscaldamento, richiamo sul palleggio, arresto e passaggi, tiro da fermo, tiro in movimento e partenze, fondamentali d'attacco con e senza palla. fondamentali di difesa;
- 10) Riscaldamento, partite con un numero crescente di giocatori (1vs1,2vs1,2vs2...5vs5) con attenzione sugli argomenti già trattati;
- 11) Riscaldamento, pallacanestro per disabili fisici e mentali;
- 12) Valutazione finale.

Attrezzatura Minima richiesta per lo svolgimento dell'attività

n.10-15 palloni da pallacanestro (25 sarebbero l'ideale),

n.10 coni,

n.10 cerchi,

n.4 assi/bastoni da poggiare a terra almeno,

Pettorine

Metodi didattici	Lezioni pratiche sul campo
Tipo di esame	Valutazione pratica.
Modalità di valutazione/attribuzione voto	La valutazione finale terrà conto della frequenza e dell'impegno mostrato durante le lezioni, nonché del grado di preparazione raggiunto.
Lingua di insegnamento	Italiano