



Università degli Studi di Verona
Corso di Laurea Specialistica in Scienze delle attività motorie e sportive
A.A. 2006/2007

<i>Monitoraggio e valutazione I</i>	Crediti 3 Docenti Prof.ssa Silvia Pogliaghi Prof. Massimo Lanza Prof. Edo Zocca
--	--

Obiettivi Formativi

L'obiettivo formativo è fare acquisire competenze di misura, monitoraggio e valutazione degli adattamenti cardiocircolatori e respiratori all'esercizio fisico.

Programma in forma sintetica:

- applicare i tests di valutazione funzionale cardiocircolatoria e respiratoria
- interpretare i risultati dei test
- identificare gli obiettivi di programmi di attività motoria in funzione del miglioramento dello stato funzionale dei sistemi cardiocircolatorio e respiratorio
- programmare l'attività motoria per soggetti normali e per casi speciali (anziani, portatori di handicap) in funzione degli obiettivi sopra indicati

Programma in forma estesa:

- Perché valutare? Cosa valutare? Come valutare?
- Valutazione qualitativa; valutazione quantitativa
- Misure: strumenti, unità di misura; misure dirette e indirette
- Taratura, linearità, range
- Uso degli strumenti: cosa misurano, come funzionano, quali limiti presentano; come evitare danni agli utenti ed agli strumenti
- Diverse modalità di registrazione: report manuali o su foglio elettronico; registrazione su carta, su supporto magnetico o su memoria solida; registrazione analogica o numerica
- Funzione cardiaca: frequenza, elettrocardiogramma, gettata sistolica e cardiaca, pressione arteriosa, flussi periferici
- Funzione respiratoria: spirometria e determinazione dei gas respiratori
- Valutazioni metaboliche: consumo d'ossigeno, produzione di anidride carbonica, quoziente respiratorio, lattato
- Valori massimali; soglia anaerobica
- Metabolismo anaerobico lattacido, anaerobico lattacido e aerobico
- I test: definizione, validità, coerenza, riproducibilità, attendibilità. Protocolli di esecuzione. Fonti di variazioni e di errori

- Esempificazione dei principali test (si rimanda alle esercitazioni eseguite nell'ambito delle discipline tecniche per la conoscenza pratica dei test).

Modalità d'esame: questionario a risposta multipla con le altre discipline che formano il corso integrato

Testi consigliati

Appunti dalle lezioni

Bibliografia di approfondimento

VALUTAZIONE DELL'ATLETA, Dal Monte e Faina: UTET