



Università degli Studi di Verona
Corso di Laurea specialistica in Scienze delle attività motorie
preventive e adattate
A.A. 2009/2010

<p><i>Corso integrato: Didattica delle attività motorie per il benessere II</i></p> <p><i>Insegnamento: Metodi e didattiche delle attività motorie</i></p>	<p>Docente Prof. Massimo Lanza</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------

Finalità generali

Si propone di fornire le conoscenze utili all'analisi delle logiche dell'agire, dei mezzi e degli strumenti adottati per la progettazione, attuazione e promozione della cultura delle attività motorie. Focus del Corso è il rapporto tra stili di vita e popolazione con riferimento particolare ai cicli di età. Si propone lo studio sia delle pratiche che delle strategie di intervento da parte di Enti, politiche, servizi, nonché delle variabili di sapere e di progetto. Lo studio del "pianeta anziani" è propugnato per via comparativa (anziano/adulto/giovane e maschile/femminile).

Obiettivi formativi

Perfezionare nello studente la conoscenza degli stili di vita e dell'habitus culturale finalizzato al benessere ed all'interazione. La centralità accordata al movimento ed alle attività motorie è coniugata con la valorizzazione dei linguaggi non verbali ed espressivi, della comunicazione interpersonale, della vita di gruppo, e quindi della cura di sé e della vita di relazione. Si propugnano tre linee formative: l'acquisizione del sapere circa le metodologie educative e gli sviluppi attivi della mediazione; lo studio dei processi di acculturazione e socializzazione tramite i consumi culturali dal vivo o la comunicazione mediata; l'individuazione dei criteri validi per la progettazione e conduzione delle pratiche per individui e gruppi in diversi contesti organizzativi.

Competenze finali

Assunzione di un habitus scientifico adeguato alla capacità di orientare, valutare e produrre le decisioni di politica dei servizi volti al benessere psico-fisico. Conoscenza delle metodologie funzionali all'azione educativa e capacità di operare per la ricerca sull'agire motorio/formativo, comprensione del ruolo della cultura nella formazione dell'habitus e dei processi comunicativi nella vita di relazione sociale, capacità di progetto e promozione di stili di vita attivi, con specifico riguardo all'età anziana, nei servizi degli enti pubblici e di istituzioni, anche in collaborazione con figure professionali.

Modalità dell'Esame

Prova scritta (9 domande)

In caso di deficit post-prova scritta: eventuale e suppletiva prova orale su proposta del Docente.

Modulo M-EDF/O1

DIDATTICA DELL'ATTIVITÀ MOTORIA PER PERSONE ANZIANE

Docente: dott. Massimo Lanza

Finalità del Modulo

Il corso ha lo scopo di fornire conoscenze sul ruolo delle attività motorie nell'invecchiamento di successo e competenze relative a progettazione, programmazione e conduzione di attività motorie per persone anziane anche in contesti che prevedano l'integrazione di Enti e competenze diverse. L'insegnamento prevede una stretta articolazione, oltre che con gli altri contributi del corso integrato, anche con le competenze proposte dai corsi precedenti, in particolare "Attività motorie e sportive per persone anziane" e con il successivo corso relativo a monitoraggio e valutazione.

Obbiettivi

Gli studenti dovranno conoscere: le caratteristiche motorie dei diversi tipi di invecchiamento; effetti, benefici e limiti delle attività motorie nelle persone anziane; conoscere e saper applicare: criteri di progettazione e metodi di conduzione delle attività motorie per individui e gruppi di persone anziane in diversi contesti organizzativi; criteri di progettazione di attività integrate per la promozione di stili di vita attivi con specifico riguardo all'età anziana.

Argomenti didattici

Caratteristiche Effetti e limitazioni dell'esercizio fisico nell'anziano sano e in alcune delle principali patologie geriatriche.. Analisi dei bisogni e definizione degli obiettivi delle attività motorie per le diverse categorie funzionali di persone anziane. Tipologie di attività motorie rivolte alla popolazione anziana. La programmazione individualizzata e collettiva dell'attività motoria adattata alle diverse tipologie di persone anziane. Progettazione di iniziative integrate per la promozione di stili di vita attivi rivolte ad anziani.

Competenze finali

Alla conclusione del modulo lo studente dimostrerà la capacità di progettare e condurre iniziative per la promozione di stili di vita attivi, con specifico riguardo all'età anziana, anche in collaborazione con diversi Enti e figure professionali.

Fonti obbligatorie di studio

Materiali didattici (reperibili nel sito internet della Facoltà) forniti dal Docente.

Bibliografia di approfondimento

Tudor-Locke C. (2003), *Functional Fitness for Older Adults (FFOA)-Resource Manual*, in "Canadian Center for Activity and Aging". Website: <http://www.uwo.ca/actage>

Cotton R.T. (1998), *Exercise for older adults. American Council on Exercise's guide for fitness professionals*, in "Human Kinetics".

Aa.Vv. (1998), *Exercise and Physical Activity for Older Adults - Position Stand*, in "Adults Medicine & Science in Sports & Exercise®": Volume 30, Number 6, June.

Cherubini A., Rossi R., Senin U. (2002), *Attività fisica ed invecchiamento*, EdiSES, Napoli.

Recapito Docente: massimo.lanza@univr.it