



UNIVERSITÀ
di **VERONA**

Direzione
**OFFERTA FORMATIVA, SERVIZI
E SEGRETERIE STUDENTI**

SCHEDA PROPOSTA CORSO

A.A. 2023/24

Denominazione: **Allenamento e prestazione: meccanismi di base e applicazioni nella vita quotidiana**

Proponente: Tarperi Cantor

Ruolo: Docente di ruolo (personale ateneo)

Referente

Tipologia corso: Standard edizione D.M.934

Dipartimento: Neuroscienze, Biomedicina e Movimento

SSD del corso: N/D (NON DEFINITO)

Area:

Macro Area:

Ambito: Scienze motorie

Centro Servizi:

Visibile Iscriv. Stud. Singoli

N° Max Iscritti:

Monte ore: 15 (monte ore in Ateneo: 15; monte ore a scuola: 0)

CFU: 0

BANDO per Affidamento incarico (docenti a contratto)

Frequenza

Ore di frequenza: 11

Classi ammesse: III° IV° V°

D.M.934:

Inizio Corso: 01/02/2024 00:00:00

Fine Corso: 07/06/2024 00:00:00

Tipologia di formazione erogata

Modalità: Mista (almeno 11 ore di attività in presenza)

Forma: Extra-Curricolare

Finalità

a.

%: 10

b.

%: 35

c.

?: 20

d. ☒

?: 5

e. ☒

?: 30

Altri docenti coinvolti:

Referente	Cognome	Nome	Ruolo
<input type="checkbox"/>	Schena	Federico	Docente di ruolo (personale ateneo)

Contenuti:

Il corso è strutturato in lezioni teoriche ed esercitazioni pratiche. Le esercitazioni pratiche saranno orientate alla metodologia di apprendimento del metodo scientifico e permetteranno di consolidare le proprie conoscenze di base e le competenze trasversali al fine di strutturare correttamente programmi di allenamento. L'esperienza formativa permetterà di introdurre gli studenti ai futuri sbocchi occupazionali del chinesiology comprendendone ruoli e competenze.

Obiettivi formativi:

Il corso si propone di fare conoscere ai ragazzi i fenomeni fisiologici associati all'esercizio fisico e alla sua valutazione con l'obiettivo di prescrivere l'allenamento e migliorarne la performance. Il fine principale è studiare metodologie adeguate per creare appropriati programmi di allenamento nelle principali tipologie di attività sportiva e saperli applicare in modo adeguato al fine di realizzare un corretto adattamento e la modificazione della prestazione.

Prerequisiti:

Modalità esame:

Note amministrative:
