



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

<i>Fisiologia dello Sport</i>	Crediti 3 Docente Prof. Silvia Pogliaghi Ore lezioni frontali 24 Anno 2009-2010 Semestre 2°
-------------------------------	---

Obiettivi del Corso

Conoscere dal punto di vista qualitativo e quantitativo le risposte integrate cardio-respiratorie, termoregolatorie, endocrine e muscolari all'esercizio fisico acuto. Conoscere gli effetti adattativi indotti dall'allenamento di varie tipologie e quelli causati dall'inattività/immobilità.

Programma del Corso

ENERGETICA MUSCOLARE: FONTI ENERGETICHE DEL MUSCOLO, MISURE DEL METABOLISMO

ENERGETICA MUSCOLARE: COSTO ENERGETICO DELLA LOCOMOZIONE

RISPOSTA ACUTA ALL'ESERCIZIO: APPARATO RESPIRATORIO, CONTROLLO DEL PH

RISPOSTA ACUTA ALL'ESERCIZIO: APPARATO CARDIOVASCOLARE

RISPOSTA ACUTA ALL'ESERCIZIO: MODULAZIONE DELLA FORZA MUSCOLARE

RISPOSTA ACUTA ALL'ESERCIZIO: INTEGRAZIONE DELLE FONTI ENERGETICHE

RISPOSTA ACUTA ALL'ESERCIZIO: TERMOREGOLAZIONE

RISPOSTA ACUTA ALL'ESERCIZIO: SISTEMA ENDOCRINO

RISPOSTA ADATTATIVA ALL'ALLENAMENTO: ASPETTI CARDIORESPIRATORI

RISPOSTA ADATTATIVA ALL'ALLENAMENTO: ASPETTI MUSCOLARI E BIOENERGETICI

RISPOSTA ADATTATIVA ALL'ALLENAMENTO: TERMOREGOLAZIONE E SISTEMA ENDOCRINO

EFFETTI DELL'INATTIVITÀ E DELL'IMMOBILITÀ SULL'ORGANISMO A RIPOSO E SULLA RISPOSTA ALL'ESERCIZIO

Modalità d'esame

L'esame è scritto ed orale: un test a risposta multipla sarà seguito, per chi raggiunga la sufficienza, da un colloquio orale.

Testi consigliati

"Fisiologia applicata allo sport" William D. McArdle, Frank I. Katch, Victor L. Katch. Casa Editrice Ambrosiana

e-mail: silvia.pogliaghi@univr.it

orario di ricevimento studenti: mercoledì 9-11, previo appuntamento per e-mail o telefono