



CORSO DI LAUREA IN SCIENZE MOTORIE
(sede di Potenza)

A.A. 2008-2009

PROGRAMMA DEL CORSO DI

**TEORIA, METODOLOGIA E DIDATTICA
DELL'ATTIVITÀ MOTORIA
PREVENTIVA E COMPENSATIVA**

PROF.SSA PASQUALINA BUONO

PROGRAMMA

- Attività motoria preventiva e compensativa nell'età evolutiva
- Attività motoria preventiva nell'adulto
- Attività motoria preventiva e compensativa nell'anziano
- Attività motoria preventiva nella donna
- Normalità e variazione della morfologia umana: paramorfismi e dismorfismi
- Effetto dell'attività fisica sulla composizione corporea
- Attività fisica e prevenzione del diabete

TESTI CONSIGLIATI

- AA.VV., *Attività fisica per la salute*, IDELSON-GNOCCHI, ultima edizione.
- MACCHI ED ALTRI, *Attività motoria, fitness e salute nell'adulto e nell'anziano*, Nicodemo Maggiulli, ultima edizione.
- WILMORE, COSTILL, *Fisiologia dell'esercizio fisico e dello sport*, Calzetti-Mariucci Editori, 2005.
- CASOLO, *Lineamenti di teoria metodologica del movimento umano*, Vita e Pensiero, 2002
- Materiale consigliato dal docente.