UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI DI MILANO-BICOCCA

COURSE SYLLABUS

Introduction To Kinesiology 2

2526-1-I0202D134-I0202D103M

Obiettivi

Lo studente deve: - conoscere i principi di base della cinesiologia - conoscere i principi di base della cinesiologia muscolare - conoscere il sistema di movimento e le sue componenti - conoscere i rudimenti delle implicazioni cliniche delle disfunzioni della componente muscolare

Contenuti sintetici

Esercitazioni pratiche di Cinesiologia

Programma esteso

Quando e come utilizzarla? - Il sistema di movimento e le sue componenti Disfunzioni della componente muscolare cenni: Debolezza Modificazioni associate alla lunghezza Lunghezza aumentata-ridotta Cambiamenti dissociati dei sinergisti Rigidità muscolare - Fisiologia muscolare Struttura del muscolo: una visione d'insieme,da macroscopica a microscopica La fisiologia della contrazione:cenni I tre tipi di fibre muscolari:Tipo 1-Tipo 2°-tipo2b Il reclutamento muscolare La fatica centrale e periferica L'unità motoria - Classificazione dei muscoli Stabilizzatori locali/globali mobilizzatori globali Tipi di contrazione :isometrica-isotonica-concentrica-eccentricaisocinetica- auxotonica-pliometrica Definizione di lavoro muscolare,potenza,resistenza Tono/trofismo muscolare - Implicazioni cliniche delle disfunzioni della componente muscolare

Prerequisiti

Modalità didattica

nel periodo di emergenza Covid-19 le lezioni si svolgeranno in modalità mista: parziale presenza le lezioni videoregistrate asincrone/sincrone

Materiale didattico

Dispende del docente

Periodo di erogazione dell'insegnamento

primo semestre

Modalità di verifica del profitto e valutazione

esame scritto a domande multiple

Orario di ricevimento

Su appuntamento

Sustainable Development Goals

SALUTE E BENESSERE