



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Mod. Scheda Insegnamento v. 1.1 -

Docente responsabile dell'insegnamento/attività formativa

Nome Ferdinando

Cognome Iellamo

Denominazione insegnamento/attività formativa

Italiano APPRENDIMENTO E CONTROLLO MOTORIO, PROTOCOLLI DI ATTIVITÀ FISICA IN AMBITO DI SALUTE, PREVENZIONE E MALATTIA

Inglese LEARNING AND MOTOR CONTROL, PROTOCOLS OF PHYSICAL ACTIVITY IN HEALTH, PREVENTION AND DISEASE

Informazioni insegnamento/attività formativa

A.A. 2025/26

☐ L

☒ LM

☐ LM CU

CdS PHYSICAL ACTIVITI AND HEALTH PROMOTION

Codice

Canale

CFU 14

Lingua ENGLISH

Docente del modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Nome Marco Alfonso

Cognome Perrone

Docente del modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Nome Chiara

Cognome Salimei

Denominazione modulo didattico (compilare solo per attività formative articolate in moduli)

Italiano

Inglese



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Obiettivi formativi e risultati di apprendimento attesi

Italiano

Preparare professionisti altamente qualificati in grado di lavorare nel mondo del fitness e del wellness attraverso l'acquisizione delle seguenti competenze:

Basi funzionali e valutazione fisica in relazione alle caratteristiche specifiche di ciascun individuo

Programmazione di piani di allenamento a livello individuale e/o specifici gruppi di individui

Pianificare corsi di apprendimento di promozione della salute ed attività sportive

Pianificare attività fisiche e programmi riabilitativi per specifiche patologie

Management delle relazioni e della comunicazione con istituzioni, enti sportivi e famiglie

Conoscenza delle principali regole e leggi riguardanti l'attività fisica e le responsabilità legali dell'allenatore

Capacità di riconoscere ed evitare situazioni di minaccia per l'incolumità fisica che possono verificarsi durante l'attività fisica

Inglese

LEARNING OUTCOMES:

Course objective: train highly qualified professionals that will work on fitness and wellness, through:

- The basis of functional and physical assessment in relation to the specific characteristics of each person.
- Planning of physical activity and training paths for groups and/or individuals.
- Planning of health promoting learning courses and sport activities.
- Planning of physical activities and rehabilitation programs for specific diseases.
- Management of relations and communications with institutions, associations and families.
- Knowledge of the main rules and laws regarding physical activity and the trainer's legal responsibilities.
- Ability to recognize and avoid life-threatening situations that can occur during physical activity.



Prerequisiti

Italiano

Buona conoscenza dell'anatomia, della fisiologia e della biologia umana

Inglese

Good knowledge of human anatomy, physiology and biology

Programma

Italiano

Prof. Iellamo: Principi di fisiologia cardiovascolare e respiratoria e meccanismi di regolazione; Risposte acute cardiovascolari e respiratorie a differenti tipi di esercizio muscolari e loro meccanismi di regolazione; Adattamenti neurovegetativi al training fisico: soggetti sani, pazienti cardiopatici ed atleti Attività fisica come profilassi e terapia; Training fisico nella riabilitazione dei pazienti cardiopatici: Principi di base, protocolli ed effetti; Monitoraggio e programmazione del training fisico attraverso la valutazione clinica

Prof. Perrone: Cenni sulla prevenzione cardiovascolare e fattori di rischio; cenni sulle diagnosi delle principali patologie cardiovascolari; test da sforzo cardiopolmonare; protocolli di allenamento di esercizio in pazienti adulti e pediatrici con cardiopatia ischemica, scompenso cardiaco, cardiopatie congenite, dislipidemia, ipertensione, diabete, obesità

Prof. Salimei: Il corso riguarderà principalmente l'analisi e lo studio di vari protocolli di esercizi di attività motoria adattati per questo tipo di patologie secondo la letteratura vigente. Inizialmente verrà fatta da parte dell'insegnante un'introduzione solida sull'ambito motorio sulle due patologie trattate dal corso (Malattia di Alzheimer e Morbo di Parkinson). Il corso fornirà approfondimenti sulle principali metodiche sperimentali nel campo della ricerca e della clinica, sulla valutazione delle conclusioni scientifiche e sull'importanza della comunicazione scientifica

Inglese

Prof. Iellamo: Principles of cardiovascular and respiratory physiology and regulatory mechanisms; Acute cardiovascular and respiratory responses to different types of exercise and regulatory mechanisms; Autonomic adaptations to exercise training: healthy subjects, cardiac patient and athletes; Physical activity as profilaxis and therapy; Exercise training in the rehabilitation of cardiac patients: principles, protocols and effects; Monitoring and programming exercise training in health and disease through autonomic nervous system assessment

Prof. Perrone: Overview of cardiovascular prevention and risk factors; overview of the diagnosis of major cardiovascular diseases; cardiopulmonary exercise testing; exercise training protocols in adult and pediatric patients with ischemic heart disease, heart failure, congenital heart disease, dyslipidemia, hypertension, diabetes, and obesity.

Prof. Chiara Salimei: The course will mainly focus on the analysis of various physical activity protocols adapted for these types of diseases according to current literature. Initially, the teacher will provide a solid introduction from psychomotor point of view on the two diseases covered by the course (Alzheimer's and Parkinson's Disease). The course will provide insights into the main experimental methods in the field of research and clinical practice, the evaluation of scientific conclusions and the importance of scientific communication



Modalità di valutazione

- ☒ Prova scritta
- ☐ Prova orale
- ☐ Valutazione in itinere
- ☐ Valutazione di progetto
- ☐ Valutazione di tirocinio
- ☐ Prova pratica
- ☐ Prova di laboratorio

Descrizione delle modalità e dei criteri di verifica dell'apprendimento

Italiano

15 Quiz a risposta multipla con 2 punti per ciascuna risposta esatta + prova orale facoltativa

Il voto finale è espresso su una scala da 0 a 30, con 18 come voto minimo per la sufficienza. Il voto più alto, 30 e lode (30L), può essere assegnato per prestazioni eccezionali

La prova di esame valuta, la preparazione complessiva dello studente, la capacità di integrazione delle conoscenze delle diverse parti del programma, la consequenzialità del ragionamento, la capacità analitica e l'autonomia di giudizio. Inoltre vengono valutate la proprietà di linguaggio e la chiarezza espositiva, in aderenza con i descrittori di Dublino (1. Conoscenza e capacità di comprensione (knowledge and understanding); 2. Capacità di applicare la conoscenza e comprensione (applying knowledge and understanding); 3. Autonomia di giudizio (making judgements); 4. Capacità di apprendimento (learning skills); 5: Abilità di comunicazione (communication skills))

La prova di esame sarà valutata secondo i seguenti criteri:

Non idoneo: importanti carenze e/o inaccuratezza nella conoscenza e comprensione degli argomenti; limitate capacità di analisi e sintesi, frequenti generalizzazioni, esposizione orale fuori tema di esame

18-20: conoscenza e comprensione degli argomenti appena sufficiente con possibili imperfezioni; capacità di analisi sintesi e autonomia di giudizio sufficienti

21-23: Conoscenza e comprensione degli argomenti routinaria; Capacità di analisi e sintesi corrette con argomentazione logica coerente

24-26: Discreta conoscenza e comprensione degli argomenti; buone capacità di analisi e sintesi con argomentazioni espresse in modo rigoroso

27-29: Conoscenza e comprensione degli argomenti completa; notevoli capacità di analisi, sintesi. Buona autonomia di giudizio

30-30L: Ottimo livello di conoscenza e comprensione degli argomenti. Notevoli capacità di analisi e di sintesi e di autonomia di giudizio. Argomentazioni espresse in modo originale.



Inglese

15 Questions with multiple answers choice with 2 points for each correct answer + optional oral exam

The final grade is given on a scale of 0 to 30, with 18 being the minimum grade for sufficiency. The highest grade, 30 cum laude (30L), may be awarded for exceptional performance. The examination test assesses, the student's overall preparation, ability to integrate knowledge of the different parts of the program, consequentiality of reasoning, analytical ability and autonomy of judgment. In addition, ownership of language and clarity of exposition are assessed, in adherence with the Dublin descriptors (1. Knowledge and understanding; 2. Ability to apply knowledge and understanding; 3. Autonomy of judgment (making judgements); 4. Learning skills (learning skills); 5: Communication skills (communication skills))

The examination test will be evaluated according to the following criteria:

Unsuitable: major deficiencies and/or inaccuracy in knowledge and understanding of topics; limited ability to analyze and synthesize; frequent generalizations.

18-20: Barely sufficient knowledge and understanding of topics with possible imperfections; sufficient skills of analysis synthesis and autonomy of judgment.

21-23: Routine knowledge and understanding of topics; Correct analysis and synthesis skills with coherent logical argumentation.

24-26: Fair knowledge and understanding of topics; Good analytical and synthesis skills with rigorously expressed arguments.

27-29: Comprehensive knowledge and understanding of topics; Remarkable skills of analysis, synthesis. Good independent judgment.

30-30L: Excellent level of knowledge and understanding of topics. Remarkable skills of analysis and

synthesis and independent judgment. Arguments expressed in an original way



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Testi adottati

Italiano

- ACSM Guidelines for Exercise Testing and Prescription. American College of Sports Medicine. Ed. Lippincott Williams & Wilkins
- Attività fisica per la salute. P.Buono F. Salvatore. Casa Editrice Idelson-Gnocchi.
- Materiale didattico iconografico distribuito durante le lezioni
- Letteratura Scientifica

Inglese

- ACSM Guidelines for Exercise Testing and Prescription. American College of Sports Medicine. Ed. Lippincott Williams & Wilkins
- Attività fisica per la salute. P.Buono F. Salvatore. Casa Editrice Idelson-Gnocchi
 - Material given during the class lessons
 - Scientific Literature

Bibliografia di riferimento

Italiano

- ACSM Guidelines for Exercise Testing and Prescription. American College of Sports Medicine. Ed. Lippincott Williams & Wilkins
- Linee guida della Società Europea di Cardiologia (ESC) sulla cardiologia dello sport e l'esercizio fisico nei pazienti con malattie cardiovascolari
- Attività fisica per la salute. P.Buono F. Salvatore. Casa Editrice Idelson-Gnocchi

Inglese

- ACSM Guidelines for Exercise Testing and Prescription. American College of Sports Medicine. Ed. Lippincott Williams & Wilkins
- European Society of Cardiology (ESC) Guidelines on Sports Cardiology and Exercise in Patients with Cardiovascular Disease
- Attività fisica per la salute. P.Buono F. Salvatore. Casa Editrice Idelson-Gnocchi



Università degli Studi di Roma "Tor Vergata"

Facsimile Scheda Insegnamento

Modalità di svolgimento

- ☒ Modalità in presenza
☐ Modalità a distanza

Descrizione della modalità di svolgimento e metodi didattici adottati

Italiano

Lezioni Frontali con proiezione di slides esplicative

Inglese

Frontal lessons with explicative slides projection

Modalità di frequenza

- ☐ Frequenza facoltativa
☒ Frequenza obbligatoria

Descrizione della modalità di frequenza

Italiano

La frequenza in aula è obbligatoria per almeno il 67,5% delle lezioni

Inglese

Attendance is mandatory for at least 67.5% of lessons