

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Responsabile

Prof. Giuseppe Cibelli

Tutor interno

Dott. Giuseppe Cartagena

Altre RU coinvolte

Prof.ssa Anna Valenzano

N. max studenti per singolo percorso

20 studenti

Classe indicata

V

N. max di percorsi previsti

1 percorso teorico-pratico - modalità: in presenza (blended)

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Durata

25 ore totali, di cui:

16 ore presso il Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale / SSD Medicina dello Sport dell'Università di Foggia (due giornate da svolgersi in Università, così suddivise: 5 ore di lezioni frontali/visite guidate - 10 ore di laboratorio - 1 ora di valutazione finale);

9 ore di studio individuale (da non svolgersi in Università, verrà messo a disposizione del materiale di studio per la produzione di un elaborato finale).

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Modulo I - 1 ora (in presenza)

Introduzione e Orientamento

Attività

Introduzione al programma, vita universitaria e Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale.

Conoscenze

Comprensione della struttura del programma.

Competenze

Familiarità con l'ambiente universitario.

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Modulo II - 2 ore (in presenza)

Lezioni e Visite Guidate

Attività

Lezioni frontali su Fisiologia dell'Esercizio e Medicina dello Sport; Visita guidata della SSD di Medicina dello Sport (Policlinico Riuniti, Foggia).

Conoscenze

Conoscenza dei principi di base dell'anatomia e fisiologia umana.

Competenze

Familiarità con le strutture e le attrezzature del Dipartimento.

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Modulo III - 2 ore (blended)

Moduli Interattivi Online

Attività

Moduli Interattivi Online Moduli su stili di vita attivi e corretta alimentazione; Seminari virtuali con esperti .

Conoscenze

Conoscenza delle strategie per promuovere stili di vita sani.

Competenze

Competenze nella valutazione di abitudini alimentari corrette.

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Modulo IV - 10 ore (in presenza)

Laboratorio Pratico

Attività

Laboratorio pratico su misurazioni fisiologiche e analisi relative all'esercizio.

Conoscenze

Competenze pratiche in misurazioni fisiologiche .

Competenze

Capacità di analizzare dati e applicare concetti teorici.

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Modulo V - 9 ore (individuale)

Studio Individuale

Attività

Lettura di materiali e articoli di ricerca; Preparazione del progetto finale.

Conoscenze

Capacità di ricerca e analisi critica.

Competenze

Abilità nella sintesi delle informazioni e produzione di un elaborato scritto.

PCTO 2024-2025

Scopri le realtà universitarie: approfondimenti pratici sulla fisiologia dell'esercizio per incoraggiare stili di vita attivi e sana alimentazione

Sede

Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale

Modulo VI - 1 ora (online)

Progetto Finale e Valutazione

Attività

Presentazione e consegna del progetto finale;
Valutazione e feedback.

Conoscenze

Competenze di presentazione.

Competenze

Capacità di ricevere e implementare feedback.