



Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14

Modulo: Teoria e Metodologia del Movimento Umano

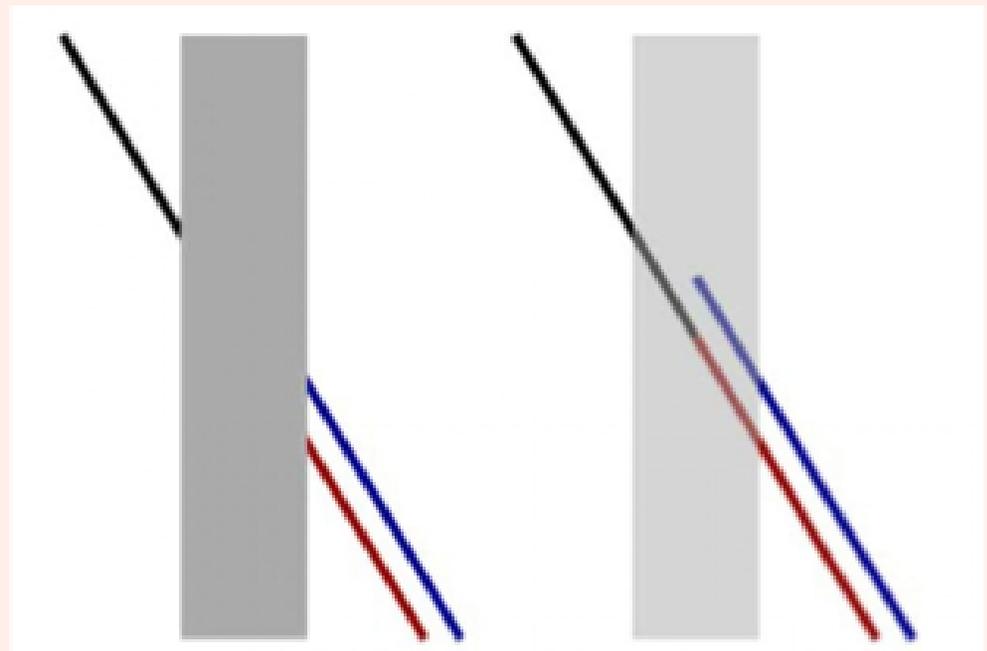
**1° anno 2° semestre - 7 crediti**

## **TEORIA DELL'AZIONE**



## Illusione

E' un' alterazione percettiva in quanto considera l'illusione una "falsa" lettura della realtà che viene percepita dal soggetto in maniera alterata rispetto alla realtà stessa.

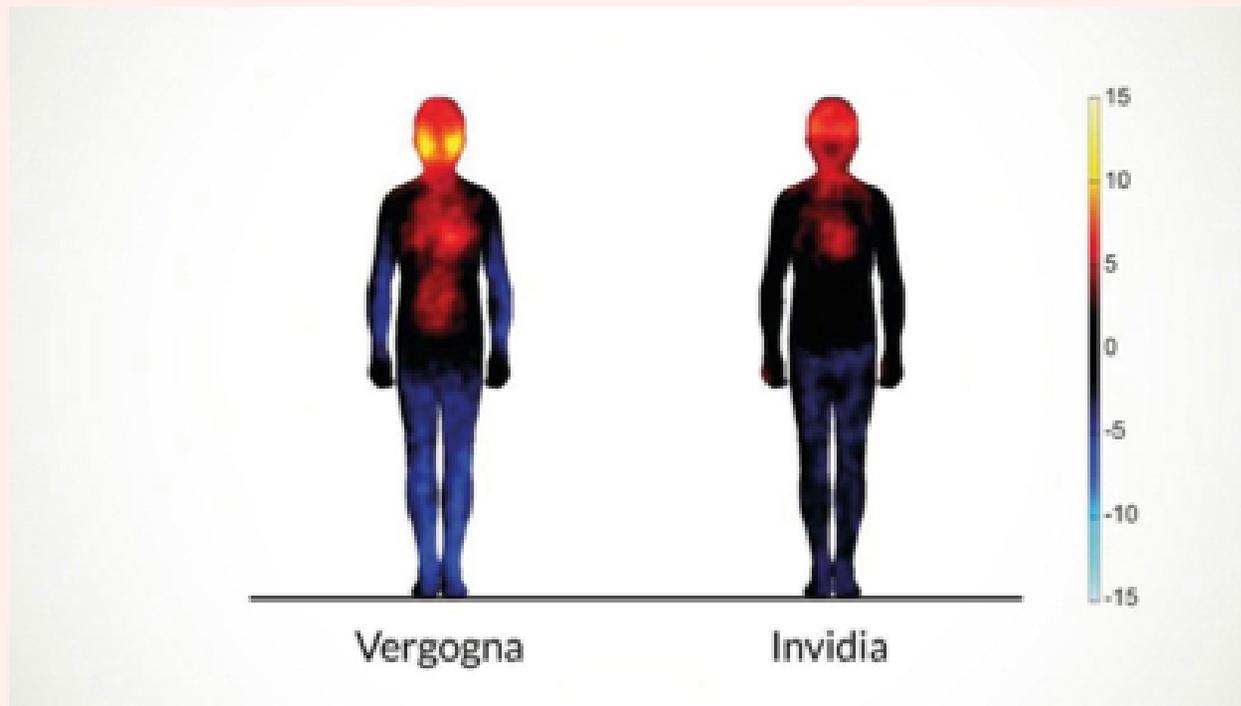




## Mappa delle emozioni

I colori caldi indicano le aree fisiche stimulate, mentre i colori freddi indicano quelle disattivate.

Topografia corporea delle emozioni



Le emozioni sono il modo che abbiamo per adattare i nostri stati mentali e corporei ai cambiamenti dell'ambiente intorno a noi



Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

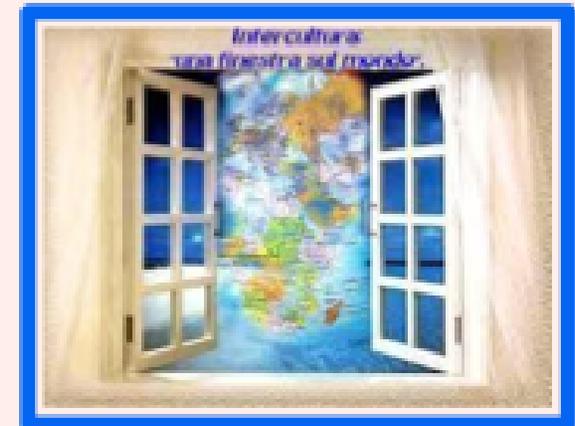
Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

**Docente prof. Marco Quarato**

A. A. 2013/14

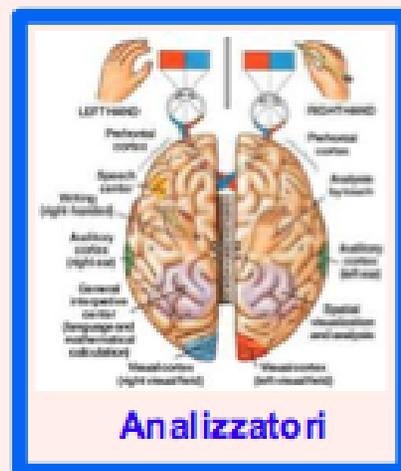
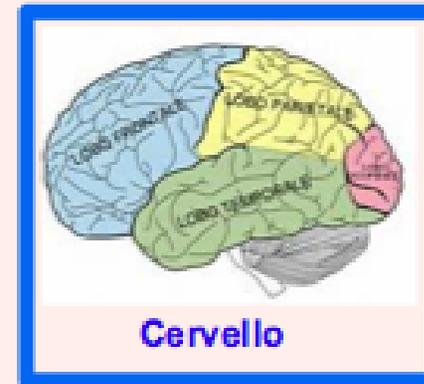
## **Non c'è memoria episodica senza percezione del corpo**

Percezione corporea e capacità di ricordare sono strettamente correlate: per immagazzinare i ricordi delle esperienze che viviamo in prima persona, che costituiscono la cosiddetta memoria episodica, dobbiamo sentire di "essere nel nostro corpo". È quanto è emerso da una **nuova ricerca pubblicata sui "Proceedings of the National Academy of Sciences"** a firma di un gruppo di ricercatori del Karolinska Institut e dell'Università di Umeå, in Svezia.





# Mappa concettuale



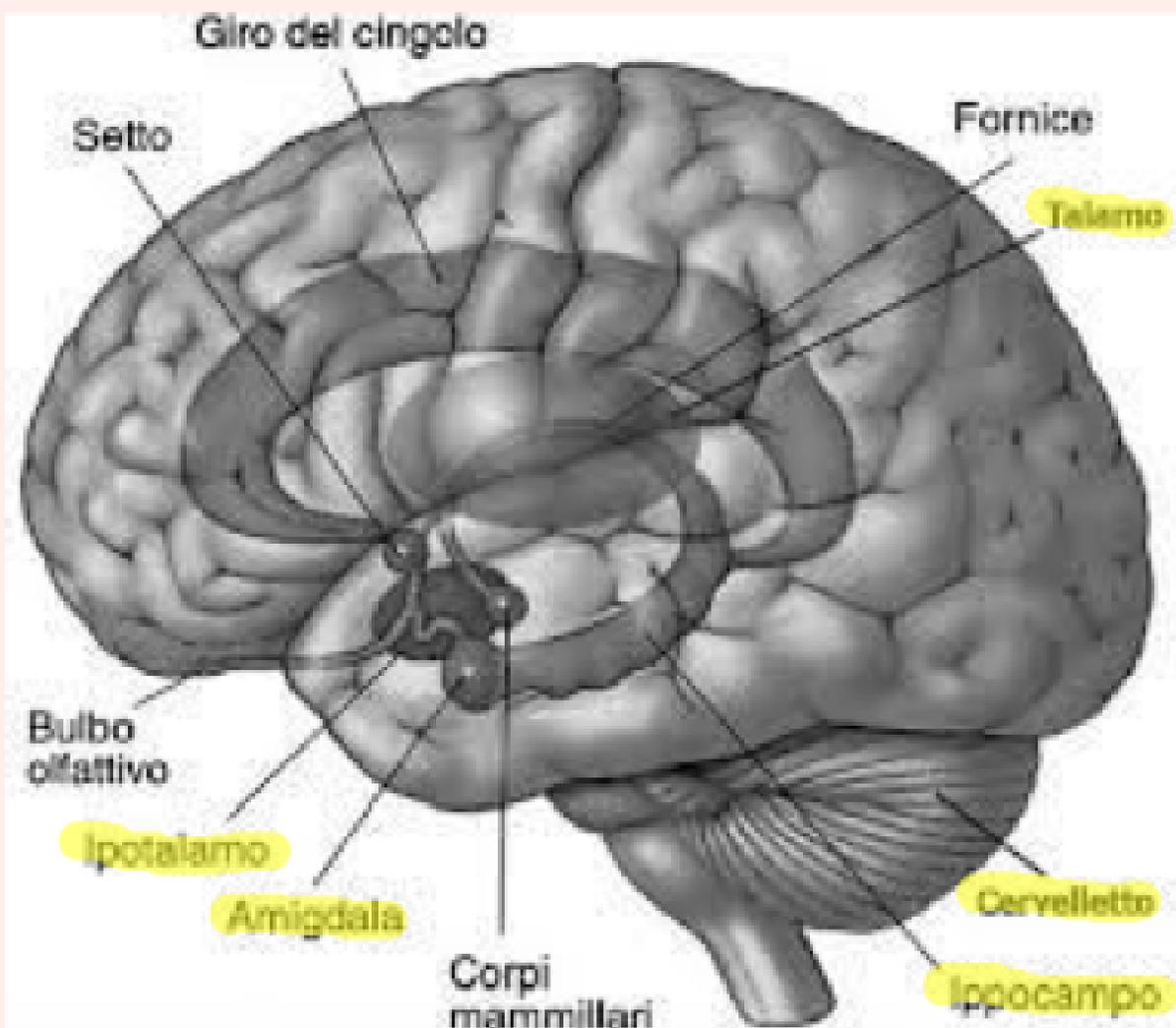


Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

**Docente prof. Marco Quarato**

A. A. 2013/14



**Ipotalamo:** controlla e integra i meccanismi automatici periferici

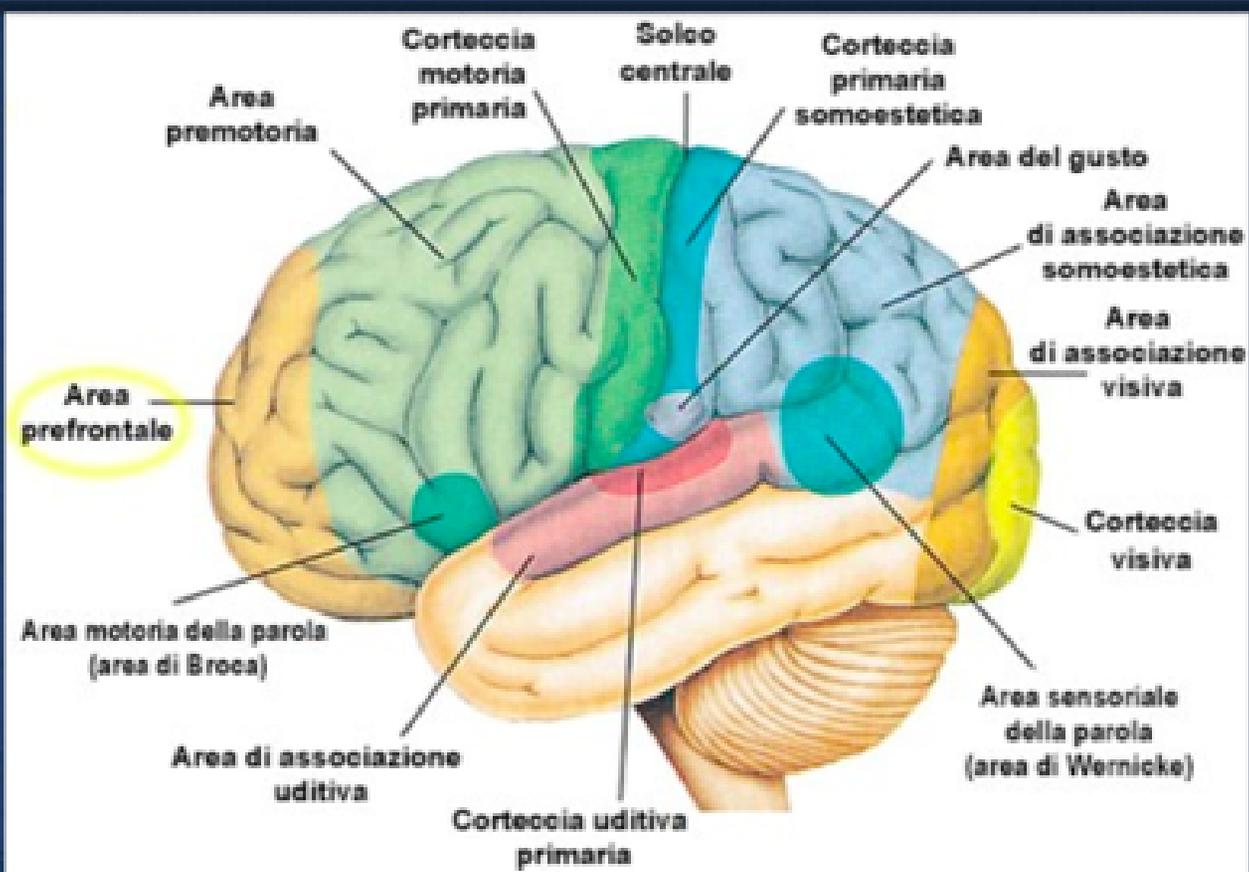
**Ippocampo:** memoria a lungo tempo, navigazione spaziale

**Cervelletto:** coinvolta nell'apprendimento e nel controllo motorio, nel linguaggio, nell'attenzione e forse in alcune funzioni emotive come risposte alla paura o al piacere. Le connessioni con il sistema limbico gli permettono di intervenire anche nei processi di memorizzazione e apprendimento

**Talamo:** memoria, stato di allerta e movimento.

**Amigdala:** gestisce le emozioni in particolare la paura.

**Sistema limbico:** Nell'uomo comprende il lobo limbico, l'ippocampo, l'amigdala, i nuclei talamici anteriori e la corteccia limbica che supportano svariate funzioni psichiche come emotività, comportamento, memoria a breve termine e olfatto



# cervello

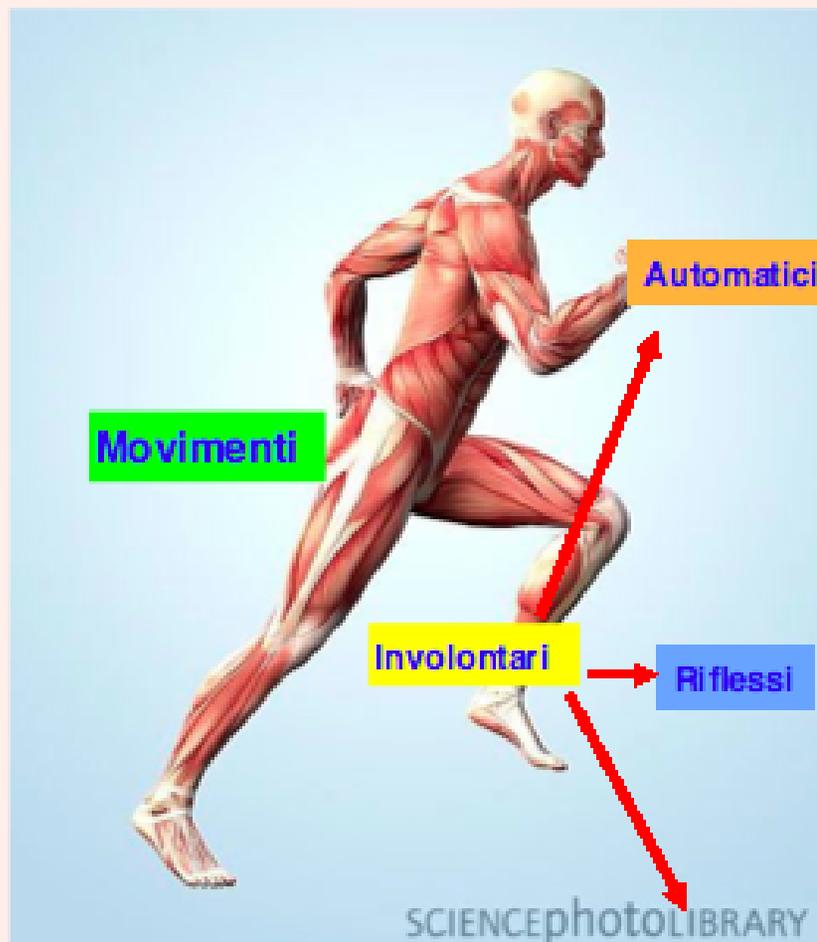




**Volontari**

Sono quelli che appartengono alla vita di relazione, interessano i muscoli striati e mimici.

Richiedono una complessa coordinazione muscolare e l'intervento della corteccia cerebrale.



Trattasi di una abilità motoria appresa, consolidata (standardizzata), sebbene con un ampio margine di variabilità. La sua formulazione è affidata ai centri sottocorticali e non più al cortex come nella fase di apprendimento.

I vantaggi sono:

la rapidità e snellezza del movimento

libertà del cortex di svolgere altri processi durante il movimento stesso

Movimento involontario di reazione ad una stimolazione esterna

Può essere provocata da percussione, stiramento, sfregamento strisciamento, stimolo termico.

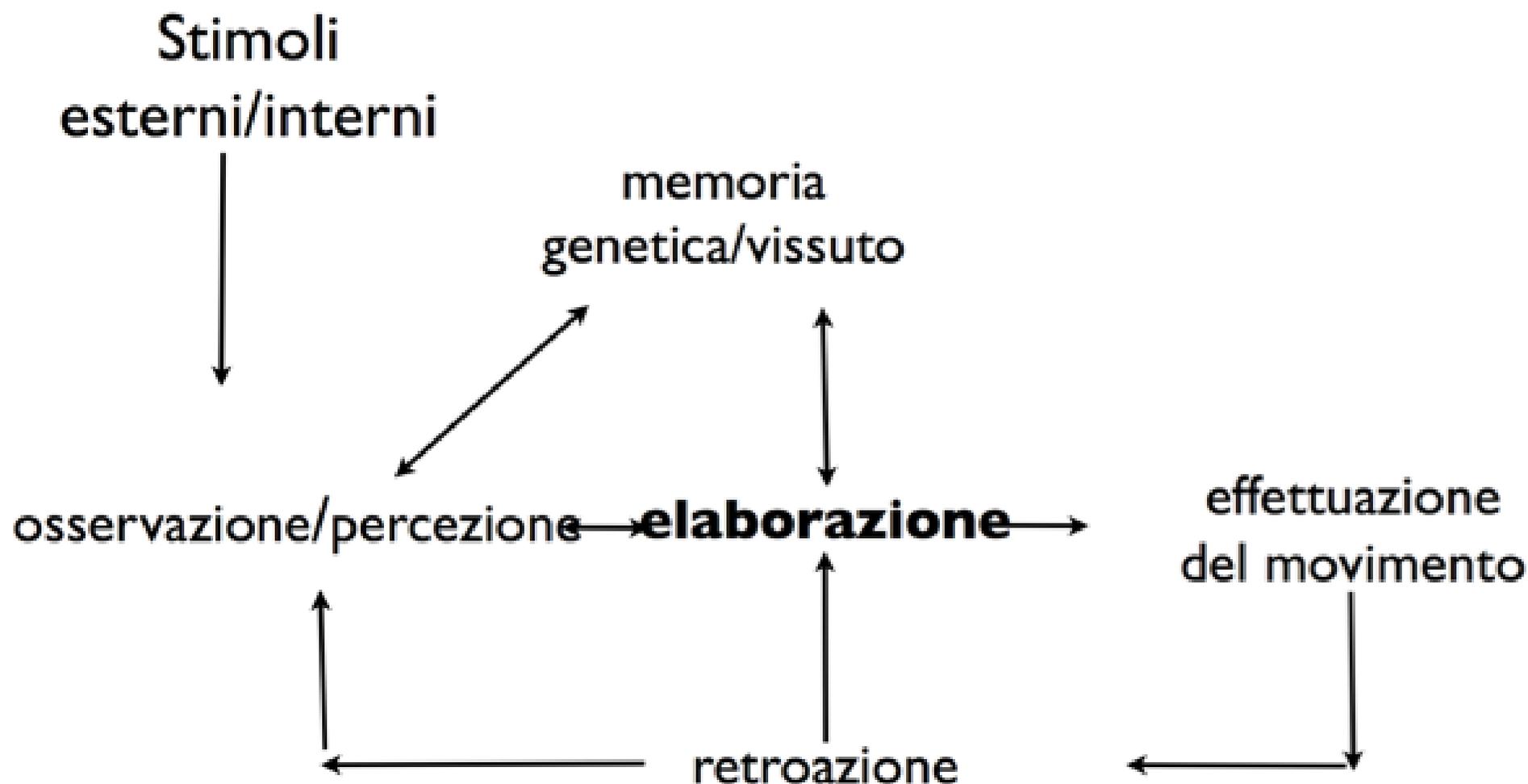
Movimento determinato da una localizzazione imprecisa dello stimolo motorio, cioè fa entrare in azione uno o più gruppi muscolari non interessati al movimento direttamente.





# Rappresentazione dell'azione

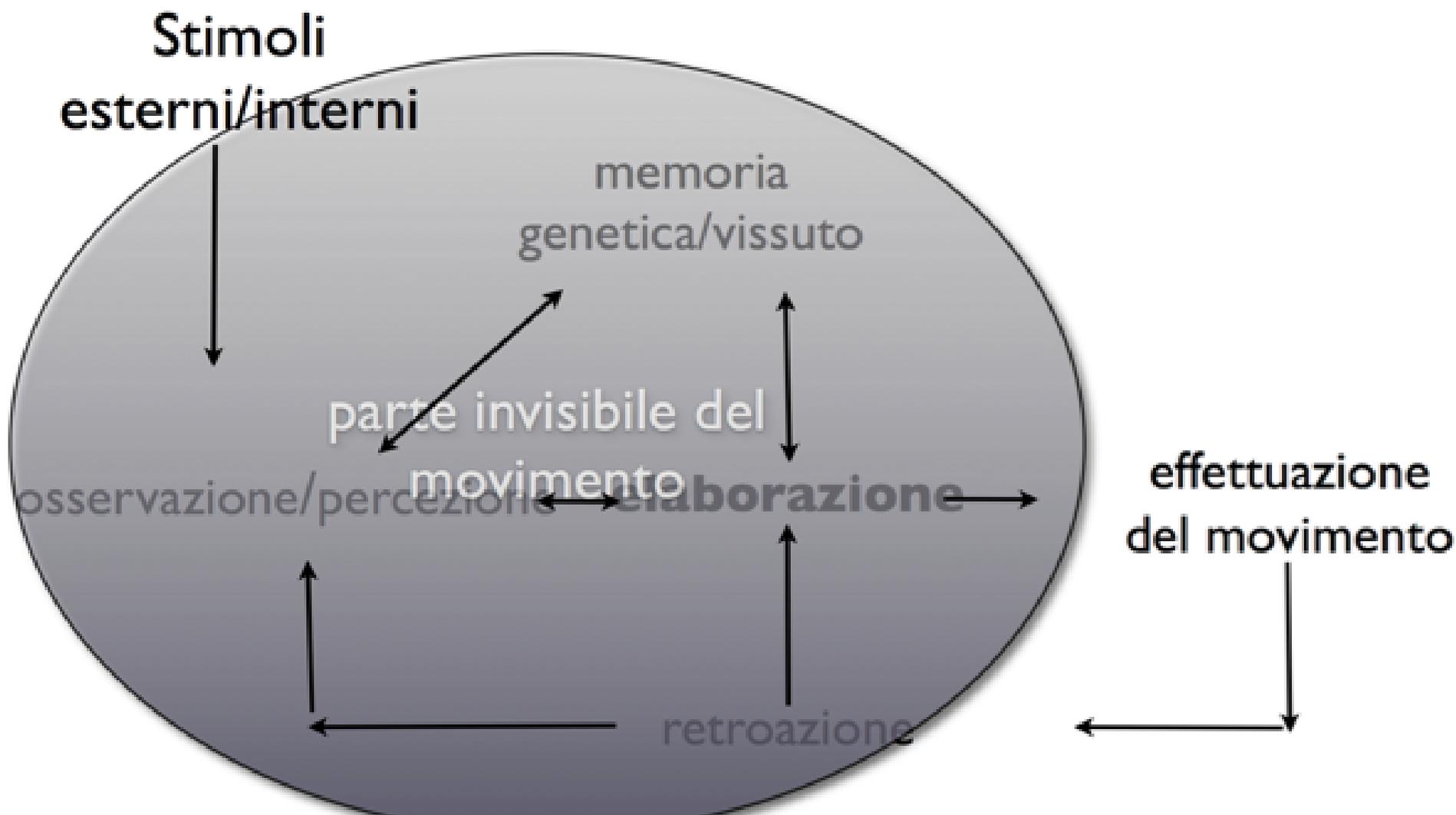
Anochin P. (1898/1974)





# Rappresentazione dell'azione

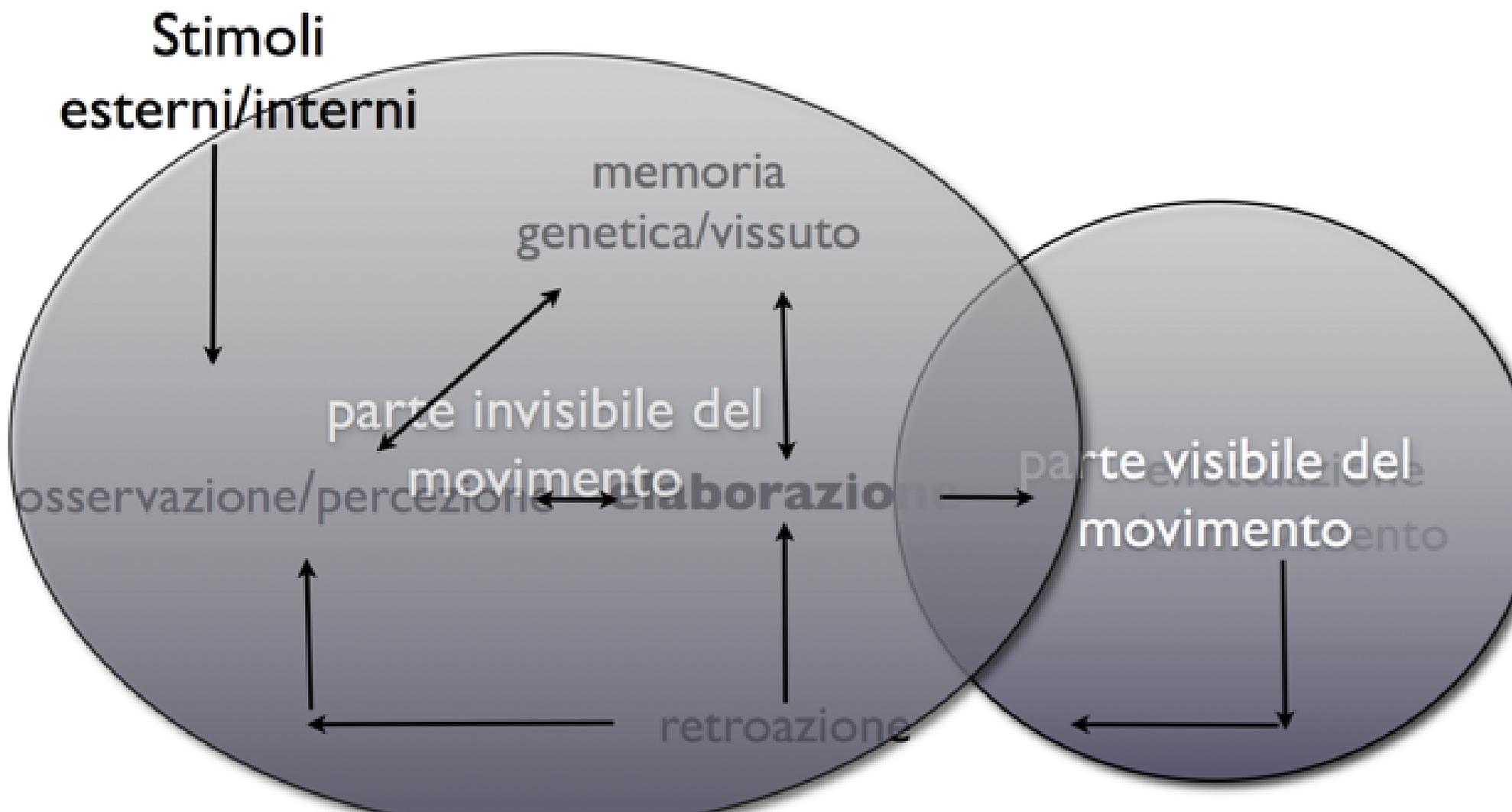
Anochin P. (1898/1974)





# Rappresentazione dell'azione

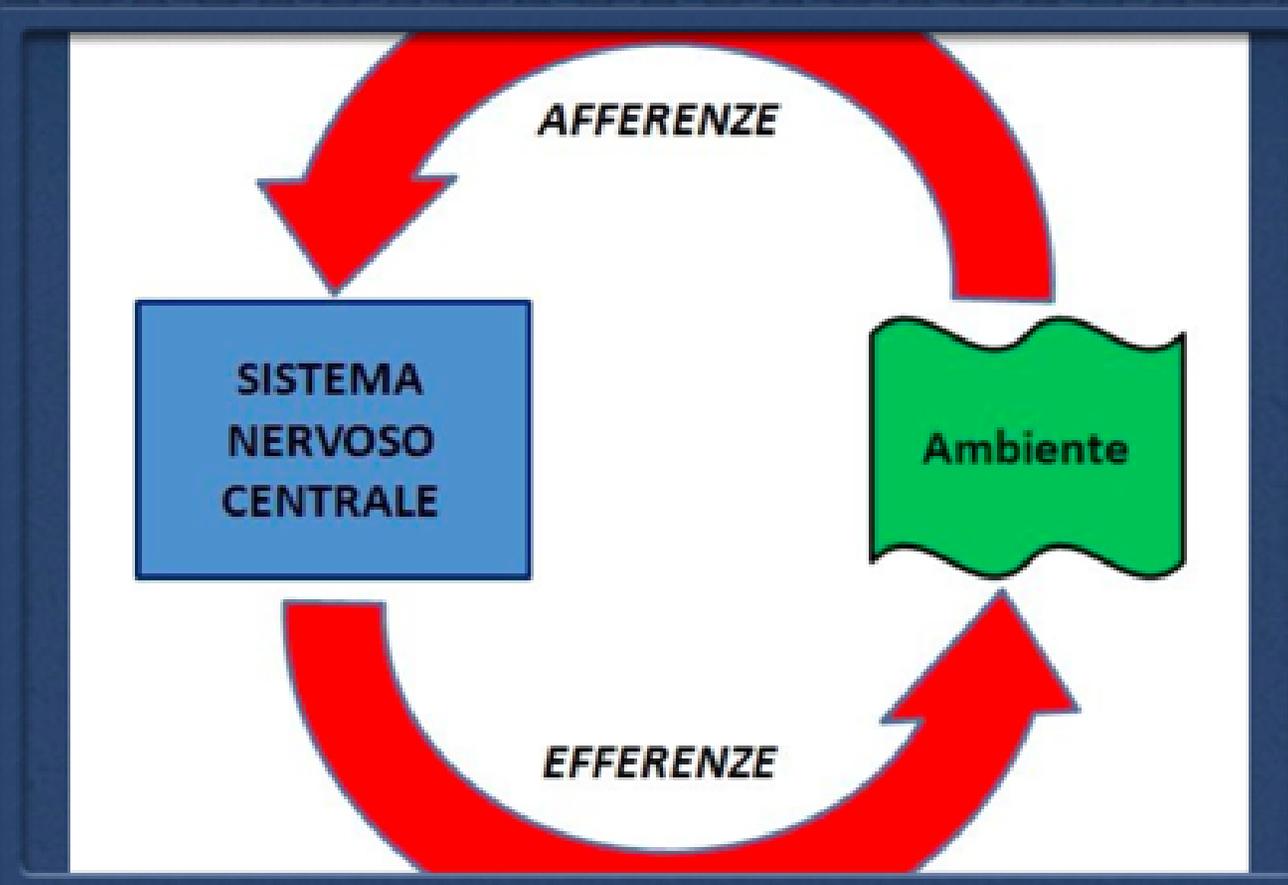
Anochin P. (1898/1974)





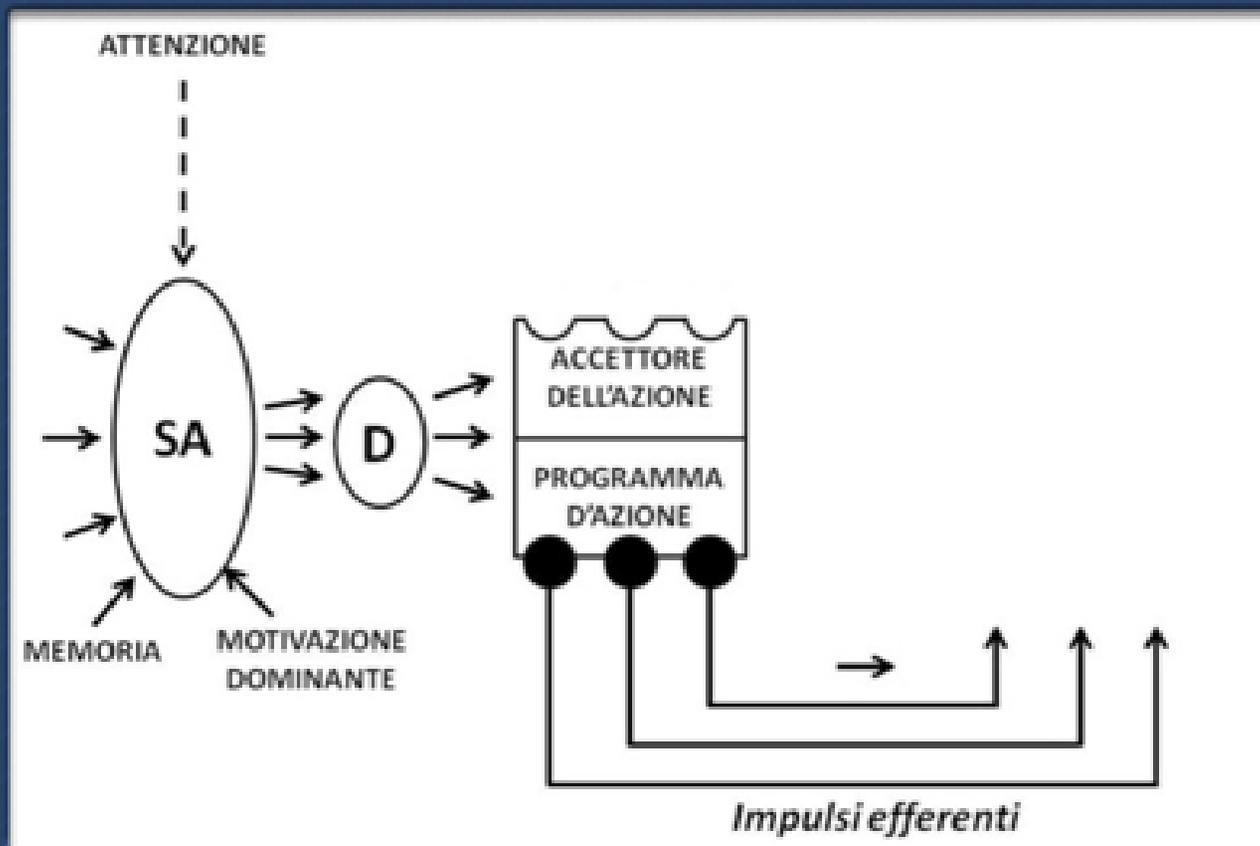
# Azione lineare

*secondo Sherrington*



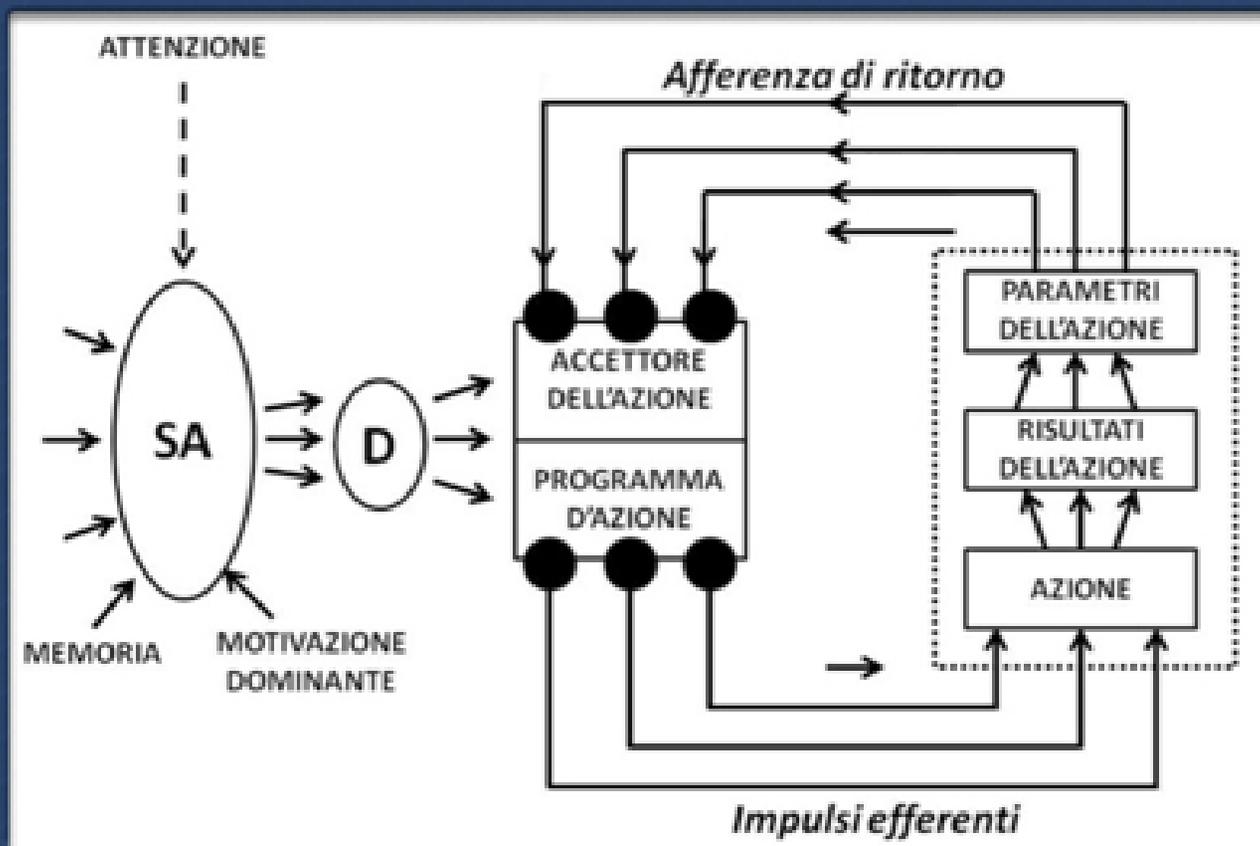
# Azione circolare

*Anochin*



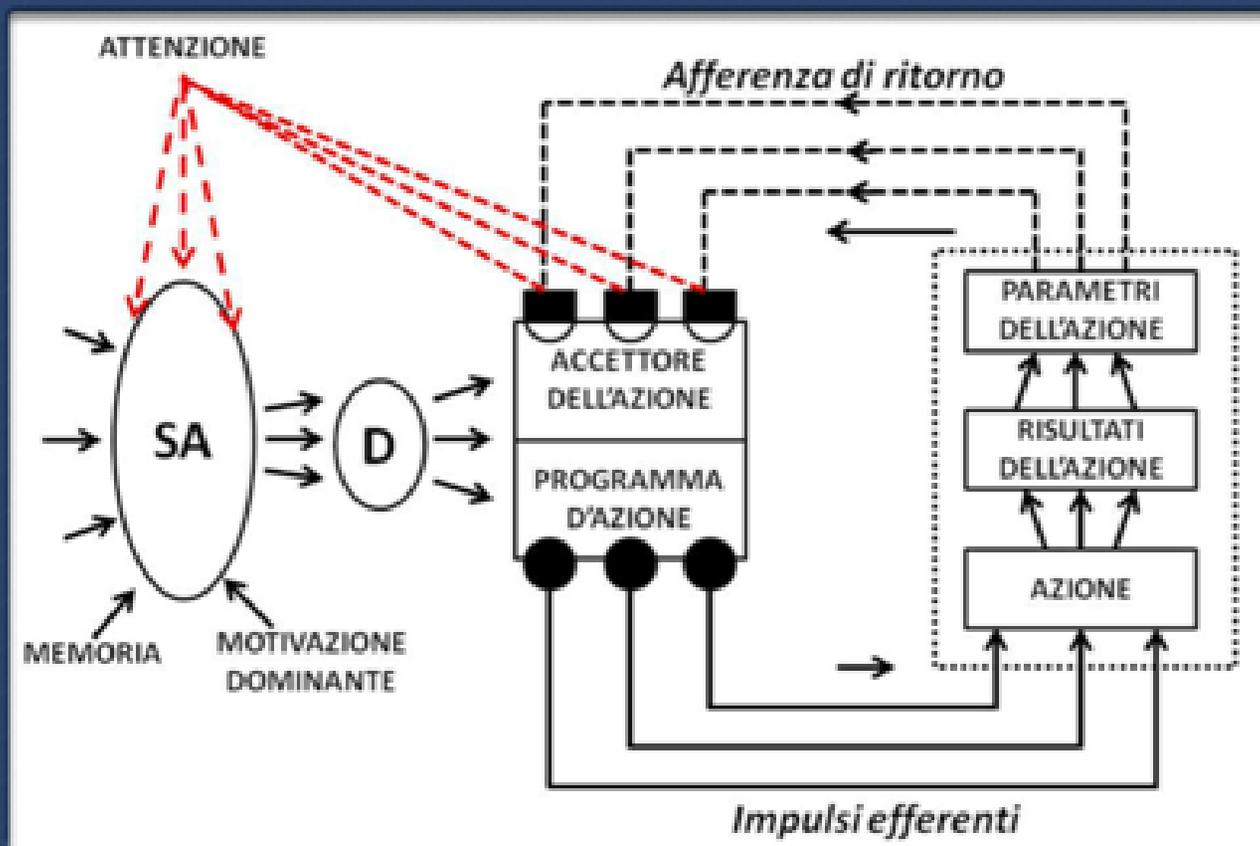
# Atto comportamentale

*prima fase costitutiva*



# Fase conclusa

*quanto ottenuto coincide con quanto e' stato previsto*



**Il processo ricomincia**  
*quanto ottenuto non corrisponde a quanto previsto*

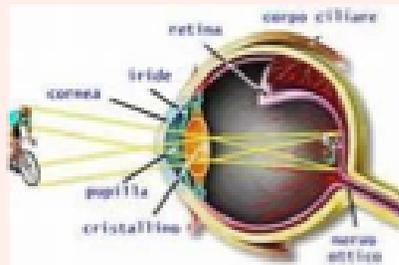


Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14



**Ottico/visivo**



**Tattile**



**Acustico**



**Vestibolare  
(stato dinamico)**



**Cinestesico  
(motorio)**

**ANALIZZATORI  
TIPI**

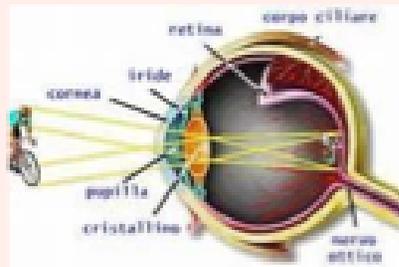


Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

**Docente prof. Marco Quarato**

A. A. 2013/14



**ANALIZZATORI**  
**Cosa sono?**



**Sono strutture in cui interagiscono:**

- recettori sensoriali
- vie afferenti
- formazioni nervose
- aree corticali

**Operano come filtri estraendo velocemente dalla massa degli impulsi raccolti dai recettori i dati ritenuti a quel momento maggiormente significativi per quella determinata situazione**

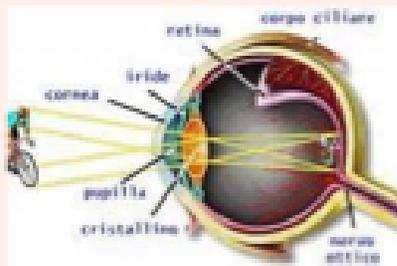


Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

A. A. 2013/14



**ANALIZZATORI**  
Svolgono una  
duplice funzione



**Raccolgono** ed elaborano gli stimoli che provengono dall'esterno e dall'interno dell'organismo inviandoli successivamente ai centri superiori

**Aggiornano** in "tempo reale" i centri nervosi, da cui partano i comandi operativi, su cio' che sta accadendo.





Dipartimento Medicina Sperimentale Corso di laurea in Scienze Motorie e Sportive

Insegnamento di Teoria e Metodologia del Movimento Umano

Docente prof. Marco Quarato

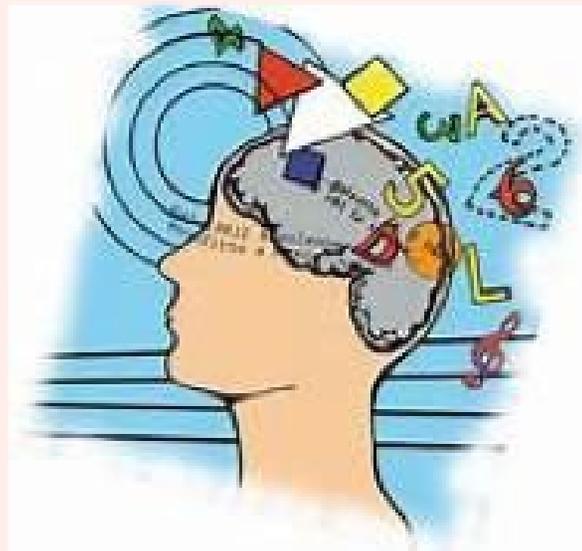
A. A. 2013/14

**Ricordare il movimento**

**Le acquisizioni motorie possono essere memorizzate  
(questa particolarita' consente.....)**

**MEMORIA**

**Di scegliere il movimento o la sequenza di movimenti piu'  
adeguata per risolvere una situazione gia' sperimentata**

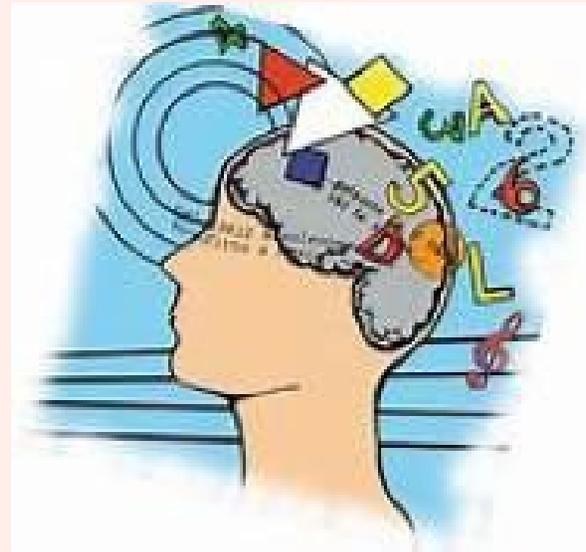


**Di accedere alle informazioni di carattere sensoperceptivo  
che hanno caratterizzato le precedenti acquisizioni  
(impronta motoria)**



## Due tipi

**A LUNGO TERMINE**



**MEMORIA MOTORIA**

**A BREVE TERMINE**  
(ha una limitata capacita')  
consente.....

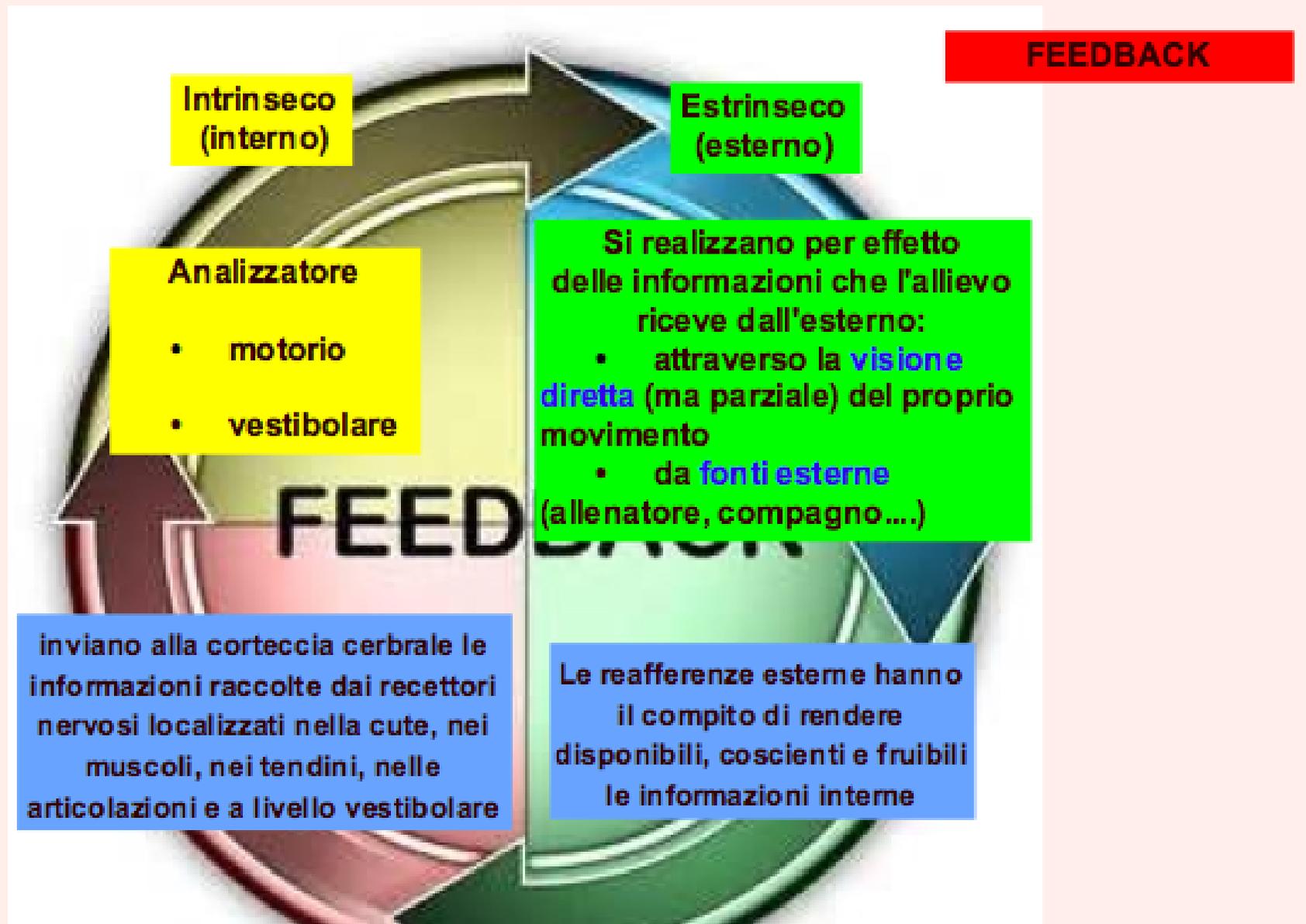
Ha una **grande capacita'**  
(spazio/volume)  
Rende duraturo l'apprendimento

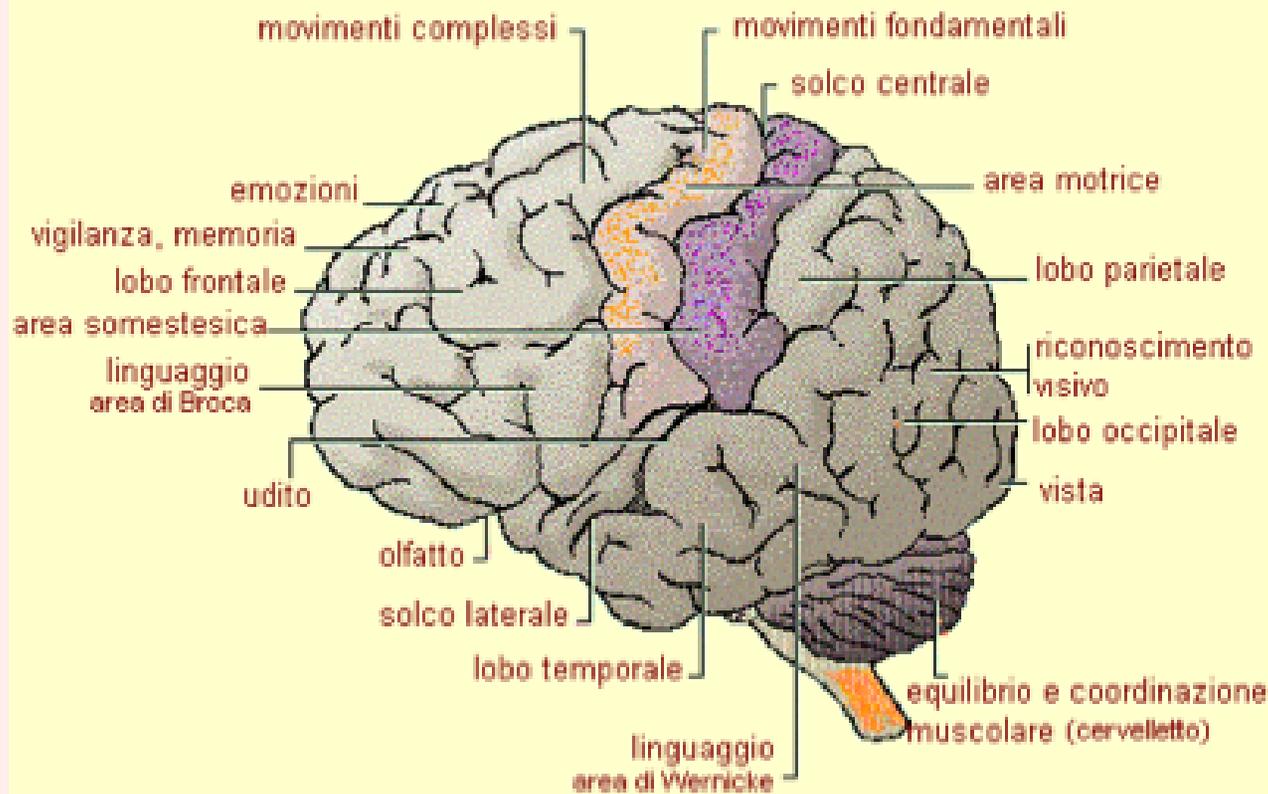
Il **passaggio** delle acquisizioni  
al settore della memoria a  
lungo termine

E' importante:  
La sua **formazione**  
La capacita' di una **rapida**  
**rievocazione** dei contenuti

Il **confronto** tra le percezioni attuali  
e quelle presenti nella memoria a  
lungo termine







**REAFFERENZA  
O  
FEEDBACK**

L'invio continuo di dati, di informazioni aggiornate ai centri nervosi, da cui sono partiti i comandi, (**retroazione**), consente alle strutture nervose il confronto tra ordini emessi ed esecuzione reale.





## METAFORA

**Se un uomo inizierà armato di certezze,  
finirà per cadere nei dubbi:  
ma se si accontenterà di incominciare con i  
dubbi, finirà per avere delle certezze.**

Grazie  
e buona  
giornata

Francesco Bacone