

Università degli Studi Aldo Moro Bari

FACOLTA' / SCUOLA DI MEDICINA
Corso di Studio in Scienze delle Attività Motorie e Sportive

Anno Accademico 2017/2018

II Anno – 1° Semestre

**Corso integrato di: TEORIA TECNICA E DIDATTICA DELL'ATTIVITA'
MOTORIA PREVENTIVA E COMPENSATIVA**

Docente : Prof. PAOLO SPILOTRO

Obiettivi del corso

- **Acquisire competenze per una miglior individuazione delle alterazioni posturali, in particolar modo in età scolare, al fine di programmare le attività motorie preventive o compensative più appropriate.**

Programma

- **Le costituzioni umane. Nozioni di auxologia e antropometria.**
- **La postura. Schema corporeo. La valutazione posturale. Le catene muscolari.**
- **La prevenzione. La ginnastica preventiva.**
- **La malattia ipocinetica. La marcia e la corsa nella rieducazione cardiocircolatoria. Adattamenti cardiocircolatori nel cardiopatico.**
- **Paramorfismi. Dismorfismi. Ipermorfismi.**
- **Il piede, il ginocchio, il bacino : aspetti statici e dinamici.**
- **Scoliosi. Ipercifosi. Iperlordosi.**
- **Principali indirizzi della ginnastica compensativa (Klapp, Niederhoffer, Schroth, Istituto Ortopedico Pini, La scuola Lionese, Metodo degli equilibri, SEAS (Scientific Exercises Approach to Scoliosis)).**
- **La prevenzione delle discopatie in rapporto a sollecitazioni meccaniche ginnico sportive.**

- **L'esercizio fisico in acqua.**
- **Indicazioni e controindicazioni della pratica ginnico-sportiva.**

Esercitazioni

- **Esame della postura.**
- **Ginnastica preventiva.**
- **Esercizi specifici nelle varie alterazioni posturali.**
- **Ginnastica respiratoria**

La frequenza alle lezioni del corso è accertata dalla firma di presenza e da appelli.

Modalità di valutazione

- **Prova orale : valutazione globale delle conoscenze acquisite in relazioni alle lezioni del corso.**
- **Prova pratica: valutazione delle capacità di individuare la tecnica esecutiva più appropriata in rapporto alle alterazioni in esame.**

Indicazioni bibliografiche

- **FISCHETTI – GRECO : POSTUROLOGIA – Ambiti applicativi e di ricerca – WIP Edizioni**

Mail : paolospilotro1@gmail.com