

**CORSO DI LAUREA SPECIALISTICA  
SCIENZE E TECNICHE DELLO SPORT (classe 75/S)**

**TEORIA, TECNICA E DIDATTICA DELL'EDUCAZIONE MOTORIA  
PREVENTIVA E COMPENSATIVA**

*Prof. Elena Martinelli - Prof. Marco Monaci ( 3476477283)*

PROGRAMMA A.A. 2006-2007 ( primo semestre) per gli studenti del I° anno? del Corso di Laurea Specialistica in scienze e tecniche dello sport

**Martinelli (5 lezioni di 2 ore)**

Ruolo dell'educazione comportamentale e delle attività motorie preventive e compensative nel riequilibrio posturale, nelle alterazioni e nelle patologie del rachide sul piano sagittale (morbo di Scheuermann, spondilolisi, spondilolistesi, accentuazione e riduzione delle curve fisiologiche). Sport e scoliosi

Rachialgie di origine meccanica (sovraccarichi da sport)

Dati epidemiologici e protocolli di prevenzione e di compensazione

Atteggiamenti scorretti dei cingoli scapolo-omerale e coxo-femorale.

Teoria, tecnica e didattica di alcune proposte metodologiche a scopo preventivo, compensativo e post riabilitativo

**Monaci (5 lezioni di 2 ore):**

○ **IL DOLORE**

Tipologia

Localizzazione

Il dolore miofasciale (trigger point)

Scale del dolore

○ **LA SPALLA**

La spalla del lanciatore

Cenni di biomeccanica

Valutazione chinesiológica e tests

Protocolli di attività motorie compensative

○ **IL GINOCCHIO**

Il ginocchio del .....

Cenni di biomeccanica

Valutazione chinesiológica e tests

Protocolli di attività motorie compensative

○ **IL GOMITO**

Il gomito del .....

Cenni di biomeccanica

Valutazione chinesiológica e tests

Protocolli di attività motorie compensative

**Bibliografia Martinelli**

- Raimondi P., Vincenzini O., TEORIA METODOLOGIA E DIDATTICA DEL MOVIMENTO COMPENSATIVO RIEDUCATIVO PREVENTIVO – Margiacchi - Galeno Editrice, Perugia
- Salti R., Stagi S.: IL BAMBINO NELLE SCIENZE MOTORIE . Aracne editrice srl – Roma 2004
- Martinelli E. – COME PREVENIRE E CURARE IL MAL DI SCHIENA, Fabbri Editori, Milano 2002