



## UNIVERSITÀ DI PISA

### ADE - RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE

---

#### ALESSIO ORSINI

Anno accademico	2021/22
CdS	SCIENZE MOTORIE
Codice	1968Z
CFU	1

Moduli	Settore/i	Tipo	Ore	Docente/i
ADE - RECUPERO FUNZIONALE E RIATLETIZZAZIONE	NN	LEZIONI	15	ALESSIO ORSINI

#### Obiettivi di apprendimento

##### *Conoscenze*

Al termine del corso, lo studente, potrà conoscere i vari step per i principali infortuni che possono accadere in ambito sportivo, dall'evento traumatico al ritorno allo sport.

In particolare lo studente avrà a disposizione una conoscenza riguardo al rientro in campo su:

- Legamento Crociato Anteriore (LCA)
- Lesioni Muscolari
- Infortunio dell'Arto Superiore
- Distorsione di caviglia

##### *Capacità*

Lo studente avrà a disposizione gli strumenti teorici necessari per eseguire una rieducazione funzionale dei principali infortuni a livello sportivo.

#### Prerequisiti (conoscenze iniziali)

Anatomia  
Fisiologia  
Metodologia dell'Allenamento

#### Corequisiti

Anatomia  
Fisiologia  
Metodologia dell'Allenamento

#### Prerequisiti per studi successivi

Anatomia  
Fisiologia  
Metodologia dell'Allenamento

#### Indicazioni metodologiche

Le lezioni si svolgeranno con l'ausilio di slide e materiale tecnico di supporto.

#### Programma (contenuti dell'insegnamento)

- Principi di Rieducazione Funzionale
- Riattletizzazione
- Valutazione e Test Return to Sport
- Ritorno allo sport a seguito di una lesione LCA
- Lesioni Muscolari
- Distorsioni di caviglia (Ankle Sprain)
- Recupero e ritorno all'attività a seguito di un infortunio dell'Arto Superiore



## UNIVERSITÀ DI PISA

---

### Bibliografia e materiale didattico

- "Fisiologia dell'esercizio fisico" J. Wilmore & D. Costill - Calzetti e Mariucci
- "Allenamento Funzionale applicato allo Sport" M. Boyle
- "Anatomia del corpo umano" M. Gesi, M. Ferrucci, G. Ghelarducci
- "Manuale multidisciplinare per l'allenamento funzionale nello sport, nella riabilitazione e nella formazione giovanile" C. Liebenson

### Modalità d'esame

La prova di esame (idoneità) è composta da una prova scritta a risposta multipla. Si tratterà di risolvere una prova a quiz e si svolgerà in un'aula normale.

La prova risulterà essere superata se le risposte corrette saranno almeno l'80% del totale.

*Ultimo aggiornamento 13/09/2021 09:31*