

PROGRAMMAZIONE DIDATTICA 2024/2025
CORSO DI LAUREA MAGISTRALE IN SCIENZE E TECNICHE DELLO SPORT E
DELLE ATTIVITÀ MOTORIE PREVENTIVE E ADATTATE

PROPOSTA DI ATTIVITÀ DIDATTICA ELETTIVA (MATERIA OPZIONALE)

Titolo dell'insegnamento: INQUADRAMENTO MULTIDISCIPLINARE: PILATES, OSTEOPATIA E NUTRIZIONE

Docente Responsabile: Domenico Pellegrini

Docenti/Tutor Collaboratori: Barbara Giusti, Matteo Montefiori e Alberto Massetti

Contatto per informazioni: barbaragiusti.med@gmail.com

Periodo di svolgimento: aprile/maggio 2025

Orari e giorni della settimana: venerdì 11 aprile 14.30-18.30 e venerdì 16 maggio 14.30-18.30

Destinazione: Studenti del Corso di Laurea Magistrale in Scienze e Tecniche dello Sport e delle Attività Motorie Preventive e Adattate, ma anche studenti di altri Corsi di Studio.

Studenti min-max: min 10 – max 60

CFU: 1

Sede operativa: da individuare nell'area di Careggi.

Obiettivi formativi: Partendo dal concetto di salute si offre agli studenti uno sguardo d'insieme sul lavoro multidisciplinare. Si porta all'attenzione dello studente l'integrazione delle conoscenze osteopatico-nutrizionali con il Metodo Pilates. La lezione vedrà alternarsi momenti teorici a momenti pratici in cui tre professionisti si confronteranno insieme agli allievi circa i casi clinici reali visualizzati.

Programma del Corso:

Teoria. Concetto di salute. Storia dell'osteopatia. Osteopatia oggi. Cos'è il biologo nutrizionista. Cibo tra miti e leggende. Storia di Joseph Pilates. Pilates nel mondo e in Italia oggi. Matwork ed Equipement pilates. Principi pilates.

Pratica. Valutazione posturale. Inquadramento osteopatico. Valutazione strumentale nutrizionale. Esplorazioni di alcuni esercizi con Metodo Pilates. Collaborazione multidisciplinare. Casi clinici reali. Interazione con gli studenti.

Valutazione: Test a risposta multipla (non è prevista votazione).