



LEZIONE MONOTEMATICA

IL GINOCCHIO



SABATO 6 APRILE 2019

con il patrocinio del CR Toscana judo FIJKAM

C/O ISTITUTO DUCHENNE - Scuola Italiana di Educazione Fisica

Via A. Corelli 27 – 50127 Firenze Tel e Fax 055/4360774

La lezione è rivolta a tutti coloro che rivestono un incarico di insegnamento (da Aspiranti-Allenatori a Maestri) e che si possono trovare in situazioni particolari nel loro percorso professionale.

A queste lezioni possono altresì partecipare tutti coloro che vogliono approfondire tali tematiche per il piacere di conoscere e studiare.

Avere una base di elementi anatomico-fisiologici, oltre a riconoscere paramorfismi e dimorfismi molto frequenti nell'età adolescenziale, oppure gli esercizi più appropriati da far svolgere in caso di trauma, possono rappresentare elementi di ulteriore professionalità.

PROGRAMMA:

Ore 9,45 Iscrizione corsisti – **consegna materiale Didattico**

Ore 10,00 **In Aula:**

Anatomia e Fisiologia articolare del Ginocchio

Problematiche dell'età evolutiva – Osteocondrosi (m. di osgood-schlatter)

Elementi di Traumatologia – Casi pratici

Ore 11,30 Pausa caffè (offerto)

Ore 11,45 **In Palestra: (si consiglia tuta ginnica)**

Teoria e Tecnica degli esercizi, cosa fare e cosa non fare nel judo

Esercizi da proporre in presenza di alterazioni del ginocchio

Come comportarsi in caso di traumi.

Ore 12,45 Termine della lezione e consegna degli attestati di frequenza.

Docente: **Danilo Matteucci** Istruttore di judo – CN 4° Dan

Diplomato ISEF – Maestro di Ginnastica ID

Insegnante corsi di ginnastica Correttiva e Medica Istituto Duchenne

Socio Fondatore Società Italiana di Educazione Fisica (2005)

Docente a contratto Università di Parma anni 2005/06 e 2006/7

Iscrizione: Il corso avrà un numero **massimo di 20 iscritti**. Per prenotarsi sarà sufficiente inviare una mail a danilo.matteucci@yahoo.it . (Farà fede la data di invio).

Quota di partecipazione: **€ 30,00 da versare all'atto della partecipazione**