

Attività Fisica Adattata Aktivität Für Alle

FORMAZIONE OPERATORI 2017



Per attività fisica adattata (AFA) si intende una serie di programmi di esercizio non sanitari basati sull'esercizio fisico, svolti in piccoli gruppi, appositamente disegnati per soggetti affetti da malattie croniche, e principalmente finalizzati alla modificazione dello stile di vita per la prevenzione della disabilità.

Obiettivi

- Fornire gli strumenti operativi utili ad adattare gli esercizi alle condizioni della persona anziana e non, attraverso esercitazioni pratiche supportate dalle conoscenze teoriche dei cambiamenti fisiologici legati all'invecchiamento e alle problematiche e alle malattie correlate all'età con un focus sulle patologie osteo-articolari croniche
- Imparare a determinare sequenze di esercizi a difficoltà crescente, utili per le varie patologie e problematiche del soggetto
- Verificare la corretta esecuzione degli esercizi e l'efficacia del carico di lavoro impostato con la modalità di lavoro AFA.

Destinatari:

Il corso è rivolto a laureati in scienze motorie o diplomati ISEF, alcune parti verranno affrontate in lingua tedesca.

Le lezioni sono tenute da medici, fisioterapisti, osteopatia e tecnici dell'attività motoria qualificati

Per poter acquisire il diploma di istruttore AFA, sarà necessario anche frequentare almeno l'80% del corso e un tirocinio della durata di 10 ore di affiancamento durante i corsi avviati presso le strutture di Bolzano e Merano e 5 ore di attività pratica.

Lugo di svolgimento:

Palestra Camp, uisp - via Dolomiti, 14- Bolzano Piscina CENTRO RIABILITATIVO via Fago, Bolzano

Quota di iscrizione: € 200

programma da novembre	
4 novembre 9-13	-la spalla: quali sono le patologie più frequenti, qual'è l'approccio del fisioterapista, quali sono i protocolli attuabili da laureati in scienze motorie sia in palestra che in piscina (4)
11 novembre 14-18	9-13 lo stile di vita sedentario e l'anzianità : modificazioni osteo-articolari, cardiovascolari e neurologiche (7)
18 novembre 14-18	9 - 13 Anatomia del rachide: approcci e protocolli di lavoro afa (8)
19 novembre 9-13	Schiena: analisi delle ernie, spondilolisi e spondilolistesi. Quale è l'approccio del fisioterapista e quali sono i protocolli per i laureati in scienze motorie. (4)
	- ginocchio e anca: come vengono installate le protesi, come interviene il fisioterapista, quali sono i protocolli di lavoro per i laureati in scienze motorie (4)
25 novembre 9-13	Protocolli di lavoro in palestra, esercitazioni pratiche, ginnastiche dolci parte pratica, organizzazione del lavoro afa
14 - 18	Protocolli di lavoro in piscina, metodologia didattica
26 novembre 9 - 13 14 -17	strumenti di ginnastica posturale

Modalità di Iscrizione:

Compilando il modulo in allegato e versando la quota tramite bonifico bancario o presso la segretaria.

Banca Popolare dell'Alto Adige

IBAN: IT70 Q 05856 11600 020570008355

IMPORTO: € 200 (comprensivo di tessera associativa)

CAUSALE: iscrizione FORMAZIONE AFA 2017

al termine inviare la ricevuta di pagamento tramite mail a bolzano@uisp.it

UISP Bolzano via Dolomiti 14 39100 Bolzano 0471 300057 bolzano@uisp.it www.uisp.it/bolzano

MODULO DI ISCRIZIONE ALLA FORMAZIONE AFA 2017

Cognome	
Nome	
Luogo e data di nascita	
residenza	
cod. fiscale	
indirizzo mail	
tel	
qualifica	
N° della tessera 2017	