



1° WORKSHOP DI AGGIORNAMENTO “LA RIABILITAZIONE IN ACQUA DELLO SPORTIVO”

CORSO TEORICO-PRATICO

PROGETTAZIONE E COORDINAZIONE: DOTT. PIERO BENELLI – PROF. PIERO PIGLIAPOCO

PESARO, 02 DICEMBRE 2007

“Presupposti metodologici”

Prof. Piero Pigliapoco

Condizioni iniziali per la preparazione del protocollo rieducativo



Prevenzione al trauma

(riguarda la preparazione pre-atletica e sportiva)

Preventiva pre-operatoria

Post-trauma o post-chirurgica

Il recupero funzionale in acqua dell'atleta



Tipologia di trauma



Livello di acquaticità



Caratteristiche fisico-sportive dell'atleta



Fasi del trattamento



- **Fase iniziale**

- (2-3 sedute)

Anamnesi
iniziale a secco
e situazione
posturale
generale

- **Fase
intermedia**

- (6-7 sedute)

- **Fase Finale**

- (4-6 sedute)

Valutazione delle
capacità acquatiche

Esempi di esercizi divisi per distretti anatomico - funzionali

- ◉ Esercitazione generale che interessa tutto il corpo : La marcia

Spalla

Colonna vertebrale

Arti inferiori

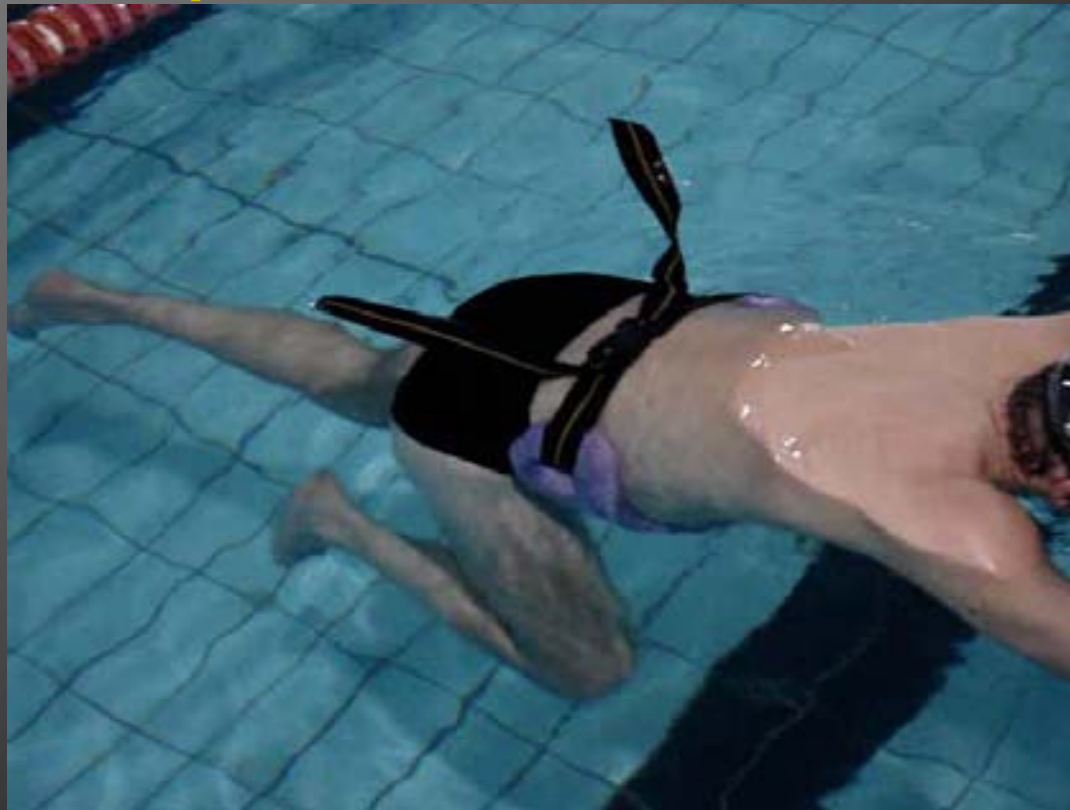
Il movimento di marcia : acqua alta



La colonna vertebrale



Le mobilizzazioni del rachide lombare attive dalla
posizione prona



Esercizi di coordinazione in acqua media



La spalla : mobilizzazione attiva a carico naturale e con attrezzi



Ancora sulla spalla : mobilizzazione con attrezzi
Bastone Hydropolsiere Hydropolsiere e
getti



Arti inferiori : l'elastico



Tread-Mill

- ⊙ Attrezzo innovativo che riproduce la dinamica della camminata con le varianti e della corsa come nel tapis-roulant terrestre



Hydrobike



Il ginocchio-caviglia



Leg paddle per la flessione-estensione



Tavoletta per la propriocettiva

Conclusioni

- Il lavoro in acqua non ha solo una funzione importante nel percorso riabilitativo ma costituisce anche un valido strumento di prevenzione e di supporto alla preparazione atletica dello sportivo, sia nelle fasi di preparazione iniziale che durante la fase agonistica vera e propria.
- Grazie per la cortese attenzione