

STUDIO FISIOTERAPICO

VIVERE MEGLIO

Proposta di progetto

Per info e contatti:

Dr. Cristian Giovannone

Tel. 328 – 4768052

Dr. Mauro Quattrococchi

Tel. 349-0579660

e-mail vivere.meglio@live.it

ASSOCIAZIONE VIVERE MEGLIO
di Giovannone e Quattrococchi
Via Cattaneo snc - 93039 Sera (FR)
P. IVA 02504740603

Sora, 19 Ottobre 2015

Alla cortese attenzione del Dirigente Scolastico
Dott. Marcella Petricca
Istituto Comprensivo 3° Sora
Scuola primaria "Achille Lauri" di Sora(Fr)
Scuola primaria "Alberto La Rocca" di Sora(Fr)
Scuola secondaria di I grado "Edoardo Facchini" di Sora (Fr)
E.p.c. ai Docenti dell'Istituto

Oggetto:

- Proposta di progetto didattico interdisciplinare gratuito con concorso a premi (riguardante la realizzazione di un modellino dello scheletro umano) "Lo scheletro e la postura: per conoscerli devi prima conoscere la loro storia evolutiva";
- Proposta sul Corso di formazione gratuito rivolto alle insegnanti

LO SCHELETRO E LA POSTURA: PER CONOSCERLI DEVI PRIMA CONOSCERE LA LORO STORIA EVOLUTIVA

Lo studio fisioterapico "Vivere Meglio" vuole proporre al vostro istituto un progetto didattico interdisciplinare sulla storia della specie umana di ieri e di oggi.

OBIETTIVI FORMATIVI

1. Creazione di un evento informativo riguardante le patologie insorte nell'uomo moderno a seguito dell'acquisizione della stazione eretta ed eventuali interventi di correzione in ambito sanitario;
2. Approfondimento dell'anatomia e fisiologia del corpo umano di ieri e di oggi;
3. Creare occasioni di incontro tra alunni, genitori, insegnanti ed esperti del settore per approfondire la conoscenza migliorando i rapporti di fiducia e cooperazione;
4. Stimolare le abilità creative attraverso attività manipolative, senso-percettive ed espressive.

CHI SIAMO: LO STUDIO FISIOTERAPICO VIVERE MEGLIO

Lo studio Vivere Meglio prende in carico persone di ogni età affette da disabilità, transitorie o permanenti, per menomazioni fisiche e cognitive dovute a diverse cause (malattie muscolo-scheletriche, neurologiche) e le aiuta a recuperare le funzioni compromesse e a raggiungere il massimo livello di autonomia concesso dalla malattia di base e dalle risorse disponibili, facilitando la partecipazione e l'inserimento sociale.

Esercita solo terapia manuale (frutto di una decennale esperienza dei dottori associati) garantendo così al paziente un rapporto uno a uno tra terapeuta e paziente per tutta la durata del percorso riabilitativo, senza l'utilizzo dei mezzi fisici, svolgendo così un lavoro attento ed, in ogni caso, assolutamente personalizzato, evitando inoltre le terapie di gruppo che, a nostro parere, sono inconcepibili poiché propongono, a pazienti con patologie diverse, o comunque diverse anche se simili, esercizi standardizzati.

PREMESSA

L'obiettivo di questo progetto mira a far conoscere le potenziali patologie muscolo-scheletriche che possono insorgere in età evolutiva come scoliosi, cifosi e lordosi che se non trattate tempestivamente possono causare in età adulta ernia del disco, condropatie e sofferenze radicolari importanti. Inoltre il nostro intento è quello di offrire ai bambini elementi per effettuare un'autovalutazione e alle insegnanti presenti durante le fasi di elaborazione del modellino, le linee guida per riconoscere le principali alterazioni degli alunni.

Relazioneremo in merito al passaggio dalla quadrupedia alla bipedia, che ha provocato e provoca tuttora abnormi sollecitazioni biomeccaniche alla colonna ed in particolar modo ai dischi intervertebrali, ai legamenti e ai muscoli, i quali si contraggono in maniera costante per mantenere l'equilibrio in ortostatismo statico e dinamico. E' importante sottolineare che la struttura del nostro corpo è stata progettata per camminare, correre, stare in piedi e a riposo; sicuramente non è stata progettata per vivere otto ore e più seduti davanti al pc o alla tv come capita spesso oggi. La posizione seduta, può essere ad esempio un problema se mantenuta per

parecchie ore al giorno. In effetti, stiamo assistendo ad una vera e propria “involuzione” della colonna soprattutto nel segmento lombare. Va considerato che l’aspetto emozionale (stress da lavoro, ansia da prestazione per un esame, o anche uno stato di gioia) associato all’alimentazione scorretta possono influenzare e modificare ulteriormente la postura.

FASI OPERATIVE

Il progetto è rivolto alle seguenti classi:

- alle classi V della scuola primaria “Achille Lauri” di Sora;
- alle classi V della scuola primaria “Alberto La Rocca” di Sora;
- alle classi I della scuola secondaria di I grado “Edoardo Facchini” di Sora

Verranno proposte delle lezioni interattive, riguardanti l’apparato locomotore e nello specifico verranno illustrate attraverso diapositive, le modificazioni strutturali e biomeccaniche insorte nell’uomo moderno a seguito dell’acquisizione della stazione eretta.

Gli incontri saranno tenuti dall’equipe dello Studio Fisioterapico “Vivere Meglio” durante l’orario curricolare unendo ad ogni incontro 2 classi (una V elementare ed una I media) per una lezione informativa di circa quarantacinque-sessanta minuti.

Le **date degli incontri** verranno definite secondo le esigenze comuni.

CONCORSO

Il progetto didattico interdisciplinare propone un concorso a premi che coinvolgerà le classi V delle scuole primarie e le classi I della scuola secondaria ed avrà lo scopo di verificare l’apprendimento delle informazioni contenute nelle lezioni di anatomia e fisiologia umana che i dottori associati dello studio fisioterapico “Vivere Meglio” presenteranno ai vostri alunni.

Alle classi verrà richiesto la **realizzazione di un modellino** che rappresenti lo scheletro dell’uomo moderno con materiale riciclato.

ASSOCIAZIONE VIVERE MEGLIO
di Giovannone e Quattrococchi
Via Cattaneo snc - 03039 Sora (FR)
P. IVA 02504740605

GIORNO PREMIAZIONI

La premiazione si terrà nei locali del vostro istituto comprensivo.

Saranno corrisposti un totale di 2 premi:

- un primo premio per la classe V delle scuole primarie “Achille Lauri” e “Alberto La Rocca” vincitrice del concorso;
- un primo premio per la classe I della scuola secondaria vincitrice del concorso.

Quest'ultima avverrà di sabato pomeriggio, cosicché potranno essere ospiti i genitori dei ragazzi partecipanti al concorso e verrà preceduta da un intervento tecnico-esplicativo in merito all'argomento dal Dottor Cristian Giovannone, dal Dottor Mauro Quattrococchi e dal Dottor Sandro Vicini.

I premi assegnati saranno **supporti didattici di € 70,00 da concordare con la classi vincitrici degli istituti comprensivi.**

COMMISSIONE ESAMINATRICE

La commissione esaminatrice sarà costituita dai membri dello studio “Vivere Meglio”, e qualora fosse ritenuto opportuno da parte vostra, un rappresentante della scuola.

ASSOCIAZIONE VIVERE MEGLIO
di Giovannone e Quattrococchi
Via Cattaneo snc - 03039 Sora (FR)
P. IVA 02594740603

PROPOSTA SUL CORSO DI FORMAZIONE RIVOLTO ALLE INSEGNANTI

Inoltre, vi allego il programma a mio parere molto interessante, di un **corso di formazione interno** che avrei il piacere di rivolgere alle insegnanti delle classi interessate al progetto:

1. Anatomia, fisiologia e patologia della colonna vertebrale.
2. La postura non è solo colonna: atteggiamento dei piedi, degli occhi ecc..
3. Postura e vita quotidiana.
4. La postura a scuola: banchi, scrittura e zaino.
5. Ergonomia della classe (distribuzione e gestione degli spazi).

Il corso ha una durata prevista di ore quattro, prima della chiusura dei lavori verrà somministrato ai partecipanti un test di comprensione di circa venti quesiti a risposta multipla.

Vi inoltro anche il mio contatto telefonico privato per eventuali chiarimenti.
3490579660

Grazie

Dr. Mauro Quattrococchi

ASSOCIAZIONE VIVERE MEGLIO
di Giovannone e Quattrococchi
Via Cattaneo snc - 03039 Sora (FR)
P. IVA 02584740603