

# Master Semipresenziale

## Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi

Approvato dall'NBA





**tech** università  
tecnologica

## Master Semipresenziale Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi

Modalità: Semipresenziale (Online + Tirocinio)

Durata: 7 mesi

Certificazione: TECH Università Tecnologica

Crediti: 60 + 4 ECTS

Accesso al sito web: [www.techtitute.com/IT/scienze-motorie/master-semipresenziale/master-semipresenzialea-prevenzione-riabilitazione-infortuni-sportivi](http://www.techtitute.com/IT/scienze-motorie/master-semipresenziale/master-semipresenzialea-prevenzione-riabilitazione-infortuni-sportivi)

# Indice

01

Presentazione

---

*pag. 4*

02

Perché iscriversi a questo  
Master Semipresenziale?

---

*pag. 8*

03

Obiettivi

---

*pag. 12*

04

Competenze

---

*pag. 18*

05

Direzione del corso

---

*pag. 22*

06

Struttura e contenuti

---

*pag. 30*

07

Tirocinio

---

*pag. 36*

08

Dove posso svolgere il  
tirocinio?

---

*pag. 42*

09

Metodologia

---

*pag. 46*

10

Certificazione

---

*pag. 54*

# 01

# Presentazione

La prevenzione e la riabilitazione degli infortuni sportivi sono aree sempre più rilevanti nella medicina dello sport, data la crescente consapevolezza dell'importanza della salute e del benessere degli atleti. I progressi tecnologici stanno infatti rivoluzionando il modo in cui gli specialisti prevencono e gestiscono gli infortuni. Inoltre, viene posta maggiore enfasi sui programmi di allenamento personalizzati, che non solo mirano a migliorare le prestazioni, ma anche a ridurre al minimo il rischio di infortuni, grazie a tecniche di rafforzamento muscolare e al miglioramento della flessibilità. In questo contesto, TECH ha avviato un programma in due fasi: la prima incentrata sugli aspetti teorici, e la seconda costituita da un soggiorno pratico di 3 settimane in un centro sportivo.







“

*Con questo completo Master Semipresenziale acquisirai conoscenze avanzate sulla prevenzione degli infortuni e sulle tecniche di riabilitazione, oltre a sviluppare competenze per la valutazione e il trattamento personalizzato degli atleti”*

Con il progresso della scienza e della tecnologia, sono stati sviluppati metodi sempre più sofisticati per identificare, prevenire e trattare gli infortuni negli atleti di tutte le discipline. Dai programmi di allenamento specifici alle tecniche di riabilitazione personalizzate, i professionisti della salute e dello sport adottano un approccio olistico per garantire la salute e le prestazioni ottimali degli atleti.

Da qui nasce questo Master Semipresenziale, che fornirà una conoscenza approfondita delle più comuni patologie dell'apparato locomotore nella popolazione sportiva e generale. Gli operatori acquisiranno una comprensione dettagliata della biomeccanica, della forma fisica e della funzionalità del corpo umano, fondamentale per valutare e individuare i fattori che possono contribuire a lesioni ricorrenti o impedire un recupero efficace.

Inoltre, è prevista anche la pianificazione e la gestione di programmi completi, che non solo mirano al recupero delle lesioni esistenti, ma prevengono anche lo sviluppo di nuove. A ciò si aggiungerà un focus sulla nutrizione sportiva, fornendo gli strumenti necessari per valutare le esigenze degli atleti e formulare raccomandazioni per sostenere il processo di recupero.

Infine, saranno incorporate anche le competenze di *coaching* e le tecniche di formazione personale. Queste componenti saranno essenziali per gestire gli aspetti psicologici degli atleti infortunati, facilitando un approccio più olistico ed efficace, migliorando la forma fisica generale e accelerando il recupero. Inoltre, verranno introdotti concetti di marketing specifici per i personal trainer nel campo della riabilitazione sportiva.

Per questo motivo, TECH ha sviluppato un programma che combina l'insegnamento online con quello in presenza, adattandosi alle esigenze e agli orari degli studenti. Inizialmente, la teoria verrà affrontata interamente in formato online, utilizzando le risorse didattiche più avanzate nel settore dell'istruzione e una metodologia innovativa chiamata *Relearning*. In seguito, gli studenti svolgeranno un tirocinio di 3 settimane in un prestigioso centro sportivo, dove metteranno alla prova le conoscenze acquisite in un contesto reale.

Questo **Master Semipresenziale in Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi** ha il programma più completo e aggiornato del mercato. Le caratteristiche principali del programma sono:

- ♦ Sviluppo di oltre 100 casi presentati da professionisti delle scienze sportive e professori universitari con una vasta esperienza nella prevenzione e nella riabilitazione
- ♦ I suoi contenuti grafici, schematici e prevalentemente pratici forniscono informazioni scientifiche e assistenziali dettagliate su quelle discipline mediche che sono essenziali per la pratica professionale.
- ♦ Tutto ciò sarà integrato da lezioni teoriche, domande all'esperto, forum di discussione su questioni controverse e lavoro di riflessione individuale
- ♦ Contenuti disponibili da qualsiasi dispositivo fisso o portatile con connessione a internet
- ♦ Possibilità di svolgere un tirocinio all'interno di uno dei migliori centri sportivi



*Questo programma ti fornirà un approccio pratico e teorico aggiornato, che riflette le ultime ricerche e tendenze nel campo delle lesioni sportive. Cosa aspetti a iscriverti?"*

“

*Trascorrerai 3 settimane in un centro sportivo, dove acquisirai le conoscenze necessarie per crescere professionalmente nel campo della prevenzione e della riabilitazione dagli infortuni sportivi”*

In questa proposta di Master, di natura professionale e in modalità semipresenziale, il programma è rivolto all'aggiornamento dei professionisti dello sport che svolgono le loro funzioni nella prevenzione e nella riabilitazione degli infortuni sportivi e che richiedono un alto livello di qualificazione. I contenuti sono basati sulle ultime evidenze scientifiche, e orientati in modo didattico per integrare il sapere teorico nella pratica sport. Gli elementi teorico-pratici agevoleranno l'aggiornamento delle conoscenze e consentiranno di prendere decisioni nella gestione del paziente.

I suoi contenuti multimediali, sviluppati con le più recenti tecnologie educative, consentiranno al professionista di ottenere un apprendimento situato e contestuale, cioè un ambiente simulato che fornirà un apprendimento immersivo programmato per allenarsi in situazioni reali. La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale lo studente deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

*Non perdere questa opportunità unica offerta da TECH! Ti occuperai del monitoraggio e della valutazione dei progressi nel recupero degli infortuni sportivi, apportando modifiche in base al decorso.*

*Progetterai e implementerai programmi personalizzati e specifici per il recupero funzionale e la riabilitazione dopo un infortunio. Fallo con la garanzia di qualità di TECH!*



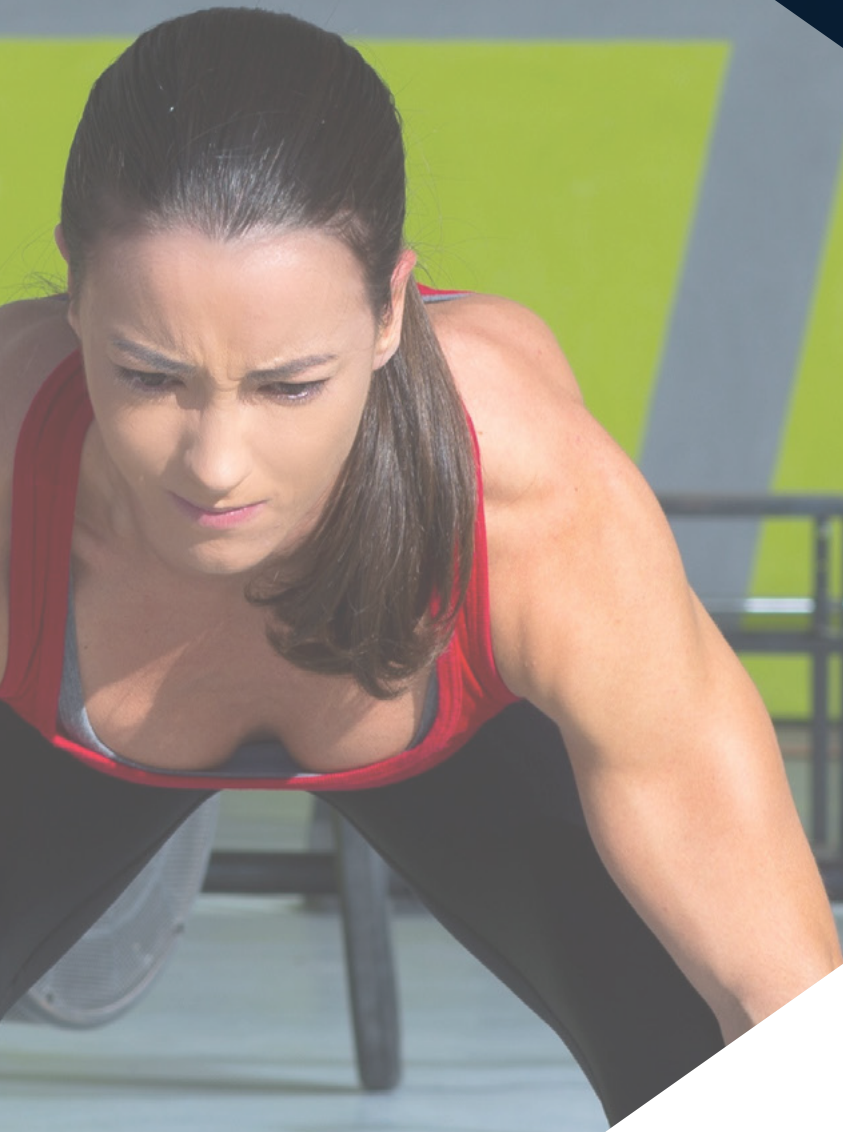


# 02

## Perché iscriversi a questo Master Semipresenziale?

Studiare questo Master Semipresenziale in Prevenzione e Riabilitazione degli Infortuni Sportivi rappresenta un'opportunità eccezionale per coloro che cercano di specializzarsi in un settore critico della salute e della prestazione sportiva. Infatti, questo tipo di programma è ideale per i professionisti che desiderano approfondire le proprie conoscenze mantenendo i propri impegni lavorativi, in quanto consente una maggiore flessibilità di gestione. Gli studenti potranno beneficiare di un programma di studi aggiornato che spazia dalla biomeccanica alla nutrizione, alle tecniche di *coaching* e di marketing.





“

*Avrai l'opportunità di creare una solida rete professionale, un elemento cruciale per chi cerca di eccellere e progredire in un settore dinamico e in continua evoluzione”*



### **1. Aggiornarsi a partire dalle più recenti tecnologie disponibili**

Nel campo della Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi, la tecnologia più recente ha rivoluzionato le pratiche e le procedure tradizionali. Innovazioni come la Realtà Virtuale e la Realtà Aumentata vengono utilizzate per simulare ambienti di allenamento, che possono essere controllati e modificati per adattarsi alle specifiche esigenze di riabilitazione di ciascun atleta. Inoltre, le piattaforme di analisi del movimento basate su sensori e l'intelligenza artificiale forniscono valutazioni dettagliate della biomeccanica di un atleta, consentendo di identificare potenziali aree di rischio.

### **2. Approfondire a partire dall'esperienza dei migliori specialisti**

Il grande team di professionisti che accompagnerà lo specialista per tutto il periodo della pratica è una garanzia di assoluta eccellenza e di aggiornamento senza precedenti. Con un tutor specificamente assegnato, gli studenti potranno trattare con atleti reali in un ambiente all'avanguardia, che consentirà loro di incorporare nella loro pratica quotidiana le procedure e gli approcci più efficaci nella Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi.

### **3. Accedere ad ambienti di prim'ordine**

TECH seleziona con cura tutti i centri disponibili per lo svolgimento del Tirocinio. Grazie a ciò, allo specialista sarà garantito l'accesso ad un centro sportiva prestigioso. In questo modo, sarai in grado di lavorare quotidianamente in un ambiente esigente, rigoroso ed esaustivo, applicando sempre le ultime tecniche ed evidenze scientifiche nella tua metodologia di lavoro.





#### 4. Combinare la migliore teoria con la pratica più avanzata

Il mercato accademico è ricco di programmi educativi poco adattabili alle attività quotidiane dello specialista e che richiedono lunghe ore di carico didattico, spesso poco compatibili con la vita personale e professionale. Per questo motivo, TECH offre un nuovo modello di apprendimento, 100% pratico, che permette di conoscere le procedure più avanzate nel campo della Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi e, soprattutto, di metterle in pratica in sole 3 settimane.

#### 5. Aprire le porte a nuove opportunità

Combinando la flessibilità dell'apprendimento online con sessioni pratiche faccia a faccia, il programma fornirà una formazione avanzata e specializzata, dotando i professionisti delle competenze necessarie per valutare, prevenire e trattare efficacemente le lesioni sportive. Questo amplia anche le possibilità di impiego, dalla collaborazione con squadre sportive di alto livello alla creazione di studi privati di formazione e riabilitazione.

“

*Avrai l'opportunità di svolgere un tirocinio all'interno di un centro a tua scelta”*



# 03

## Obiettivi

L'obiettivo principale di questo programma universitario è quello di preparare professionisti in grado di intervenire efficacemente nella prevenzione, nella diagnosi e nel trattamento degli infortuni nel campo dello sport. Agli studenti verrà quindi fornita una conoscenza approfondita e specializzata delle più recenti metodologie e tecnologie applicate allo sport, con particolare attenzione alla biomeccanica, alla fisiologia dell'esercizio e alle strategie di riabilitazione. Inoltre, si acquisiranno competenze cliniche e di ricerca per progettare programmi di riabilitazione e recupero personalizzati e basati sull'evidenza scientifica.



“

*Svilupperai competenze nella valutazione integrale dell'atleta, dalla sua condizione fisica e nutrizionale agli aspetti psicologici, attraverso un'ampia biblioteca di risorse multimediali”*





## Obiettivo generale

---

- L'obiettivo del Master Semipresenziale in Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi sarà quello di fornire ai professionisti conoscenze avanzate e abilità pratiche nella prevenzione, diagnosi, trattamento e riabilitazione dagli infortuni sportivi. Gli studenti svilupperanno così una comprensione completa dei meccanismi di lesione e delle migliori pratiche di intervento per promuovere un recupero ottimale e sicuro degli atleti. Si promuoverà inoltre la capacità di ricerca e di aggiornamento continuo nelle tecniche emergenti, garantendo il contributo all'evoluzione del settore, all'avanguardia nella prevenzione e nella gestione degli infortuni sportivi.

“

*Sarai in grado di valutare la condizione fisica e la biomeccanica degli atleti, di progettare programmi di allenamento specifici per prevenire gli infortuni e di gestire i programmi di riabilitazione”*







## Obiettivi specifici

---

### Modulo 1. Personal training

- ♦ Acquisire una migliore comprensione delle diverse caratteristiche della professione di personal trainer
- ♦ Integrare i concetti di allenamento dell'equilibrio, cardiovascolare, di forza, pliometrico, di velocità, di agilità, ecc. come strumenti chiave per il personale nella prevenzione degli infortuni e nella riabilitazione
- ♦ Elaborare programmi di allenamento personalizzati per ottenere risultati migliori in base alle caratteristiche del soggetto

### Modulo 2. Lavoro preventivo per la pratica sportiva

- ♦ Identificare i fattori di rischio coinvolti nella pratica dell'attività fisica e sportiva
- ♦ Utilizzare diversi tipi di materiali per la pianificazione di diversi tipi di esercizi in un programma di personal training
- ♦ Imparare esercizi del metodo pilates con diversi tipi di macchine, attività fondamentali nel lavoro preventivo
- ♦ Vedere lo *stretching* e la rieducazione posturale come metodi essenziali per la prevenzione delle lesioni e delle alterazioni del sistema locomotore

### Modulo 3. Struttura dell'apparato locomotore

- ♦ Trattare i diversi concetti anatomici: assi, piani e posizione anatomica
- ♦ Differenziare i diversi elementi che compongono l'apparato locomotore
- ♦ Vedere i processi di funzionamento dell'apparato locomotore attivo e passivo integrato

### Modulo 4. Valutazione *fitness*, funzionale e biomeccanica

- ♦ Usare la biomeccanica del movimento come strumento chiave nel processo di prevenzione e riabilitazione
- ♦ Chiarire l'importanza della valutazione nutrizionale, biochimica, genetica e della qualità della vita dal periodo iniziale alla fine del processo
- ♦ Valutare i diversi parametri relativi alla forma fisica: forza, velocità, flessibilità, resistenza
- ♦ Rilevare le anomalie che ostacolano o impediscono un corretto processo di recupero/riabilitazione

### Modulo 5. Infortuni frequenti negli atleti

- ♦ Determinare l'eziologia delle lesioni più frequenti che si verificano nella pratica sportiva
- ♦ Identificare le cause dei principali infortuni nello sport
- ♦ Distinguere i diversi tipi di infortuni: infortuni tendinei, muscolari, ossei, dei legamenti e articolari

### Modulo 6. Esercizio per la riabilitazione delle lesioni sportive

- ♦ Stabilire l'esercizio e l'attività fisica come strategia per il miglioramento della salute
- ♦ Classificare i diversi tipi di esercizi in base alla pianificazione del personal training da realizzare
- ♦ Differenziare i diversi tipi di esercizi fisici specifici in base ai muscoli o gruppi muscolari da riqualificare
- ♦ Gestire le diverse tecniche applicate al trattamento delle lesioni prodotte nella pratica sportiva
- ♦ Utilizzare la rieducazione propriocettiva in tutti i processi di riabilitazione e recupero, così come per una minore prevalenza di recidiva delle lesioni
- ♦ Pianificare e progettare programmi e protocolli specifici con effetti preventivi
- ♦ Gestire i diversi tipi di sport e le pratiche sportive essenziali come coadiuvanti durante il processo di riabilitazione funzionale e di recupero

### Modulo 7. Patologie frequenti dell'apparato locomotore

- ♦ Analizzare la gravità delle patologie ai legamenti e la loro valutazione per una migliore e più efficace riabilitazione
- ♦ Concentrarsi sull'analisi delle patologie articolari a causa della loro alta incidenza nello sport
- ♦ Esaminare le patologie più comuni che si verificano comunemente nella colonna vertebrale
- ♦ Valutare il dolore come un elemento da prendere in considerazione nella diagnosi di un infortunio più o meno grave





### **Modulo 8. Esercizio per il recupero funzionale**

- ◆ Analizzare le diverse possibilità offerte dall'allenamento funzionale e dalla riabilitazione avanzata
- ◆ Applicare il metodo pilates come sistema integrale per la riabilitazione dell'apparato locomotore nel recupero funzionale
- ◆ Pianificare esercizi e programmi pilates specifici per le diverse aree del sistema muscolo-scheletrico con e senza attrezzature

### **Modulo 9. Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale**

- ◆ Affrontare il concetto di nutrizione integrale come elemento chiave nel processo di riabilitazione e recupero funzionale
- ◆ Distinguere tra le diverse strutture e proprietà dei macronutrienti e dei micronutrienti
- ◆ Dare priorità all'importanza dell'assunzione di acqua e dell'idratazione nel processo di recupero
- ◆ Analizzare i diversi tipi di sostanze fitochimiche e il loro ruolo essenziale nel migliorare lo stato di salute e la rigenerazione dell'organismo

### **Modulo 10. *Coaching* e *business* del personal trainer**

- ◆ Acquisire una conoscenza approfondita di elementi specifici della professione di personal trainer
- ◆ Acquisire e comprendere le diverse abitudini e stili di vita sani, così come le loro possibilità di attuazione
- ◆ Applicare strategie motivazionali per ottenere risultati migliori nel processo di riabilitazione sportiva e recupero funzionale
- ◆ Pianificare e progettare spazi che favoriscano un migliore sviluppo del lavoro specifico di personal training da svolgere
- ◆ Comprendere il processo di *coaching* personale, in cui la relazione con il cliente e il feedback da lui fornito sono fondamentali



# 04

## Competenze

Il Master Semipresenziale in Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi è stato progettato per sviluppare competenze essenziali per i professionisti del settore sportivo. Queste includono la capacità di effettuare valutazioni complete delle condizioni fisiche, funzionali e biomeccaniche degli atleti, identificando i fattori di rischio di infortunio e progettando interventi preventivi personalizzati. Inoltre, gli studenti acquisiranno competenze avanzate nella pianificazione e nell'esecuzione di programmi di riabilitazione e recupero, integrando tecniche specifiche e trattamenti basati sull'evidenza.



A close-up photograph showing a pair of hands holding a bright red, textured fabric strip. The hands are positioned as if demonstrating how to use the fabric, possibly for a medical or educational purpose. The background is dark and out of focus.

“

*Svilupperai raccomandazioni nutrizionali appropriate per sostenere il processo di riabilitazione e ottimizzare le prestazioni fisiche, il tutto grazie ai migliori materiali didattici presenti sul mercato educativo”*





## Competenze generali

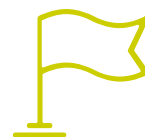
---

- ♦ Programmare, pianificare e ricercare il processo di prevenzione, riabilitazione sportiva e recupero funzionale tramite un programma di allenamento personalizzato
- ♦ Pianificare ed eseguire programmi finalizzati alla prevenzione e alla riabilitazione sportiva e al recupero funzionale da svolgersi in un club sportivo, una federazione sportiva e/o centri sportivi, enti legati all'attività fisica per la salute e centri che lavorano con persone con disabilità fisiche o infortuni

“

*Non esitare e specializzati con TECH" Acquisirai competenze interpersonali e comunicative, fondamentali per il lavoro di squadra multidisciplinare e l'interazione efficace con gli atleti”*





## Competenze specifiche

---

- ♦ Conoscere le particolarità del personal training adattato ad ogni persona e progettare programmi individualizzati e specifici in base alle esigenze degli atleti
- ♦ Pianificare esercizi specifici per ogni sessione di allenamento, utilizzando macchine per l'allenamento funzionale o tecniche di pilates
- ♦ Conoscere in maniera approfondita il sistema locomotore
- ♦ Avere una conoscenza approfondita della biomeccanica del movimento e applicarla nel processo di riabilitazione
- ♦ Conoscere e identificare i principali infortuni sportivi
- ♦ Creare e realizzare attività di allenamento personalizzate
- ♦ Identificare le principali patologie articolari e ai legamenti
- ♦ Pianificare esercizi di riabilitazione basati sul metodo pilates per la riabilitazione dell'apparato locomotore
- ♦ Sviluppare diete nutrizionali adattate ai bisogni di ogni atleta tenendo conto del tipo di infortunio
- ♦ Applicare le tecniche di *coaching* all'allenamento personale e sfruttare la motivazione per ottenere risultati migliori nel recupero dell'atleta



# 05 Direzione del corso

I docenti di questo Master Semipresenziale sono professionisti altamente qualificati ed esperti nel campo dello sport, della salute e della riabilitazione. Questi mentori non solo porteranno un bagaglio di conoscenze accademiche aggiornate, ma condivideranno anche esperienze pratiche e casi reali tratti dalla loro pratica professionale. Questo arricchirà l'apprendimento, fornendo ai laureati un approccio completo e multidisciplinare al trattamento delle lesioni sportive.







“

*Grazie al team di docenti, sarai in grado di applicare efficacemente quanto appreso in scenari reali, preparandoti ad affrontare con sicurezza le sfide dell'ambiente professionale”*

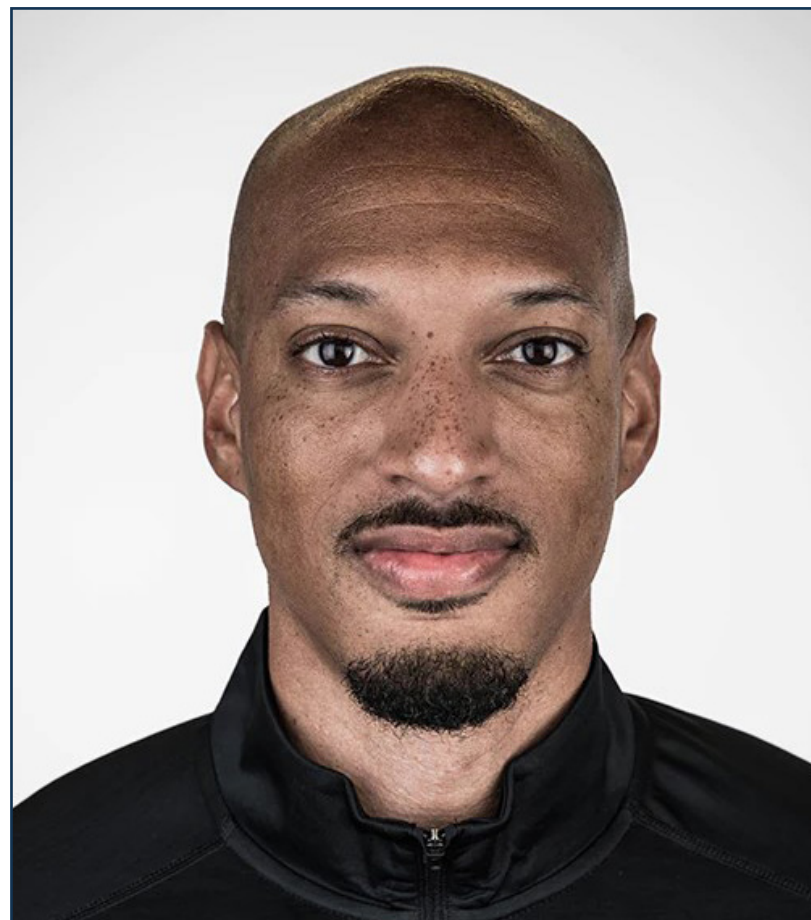
## Direttore Ospite Internazionale

Il Dott. Charles Loftis è un rinomato specialista che ricopre il ruolo di terapeuta delle prestazioni sportive per i Portland Trail Blazers dell’NBA. Il suo impatto sul campionato di pallacanestro più importante del mondo è stato significativo, portando una grande esperienza nella creazione di programmi di forza e condizionamento.

Prima di approdare ai Trail Blazers, è stato capo allenatore della forza e del condizionamento per gli Iowa Wolves, implementando e supervisionando lo sviluppo di un programma completo per i giocatori. Infatti, la sua esperienza nel campo delle prestazioni sportive è iniziata con la fondazione di XCEL Performance and Fitness, di cui è stato fondatore e capo allenatore. Qui il Dott. Charles Loftis ha lavorato con un’ampia gamma di atleti per sviluppare programmi di forza e di condizionamento, oltre a lavorare sulla **prevenzione e riabilitazione** dagli **infortuni sportivi**.

La sua formazione accademica nel campo della chimica e della biologia gli fornisce una prospettiva unica sulla scienza alla base delle prestazioni sportive e della terapia fisica. Per questo motivo, ha ottenuto le certificazioni CSCS e RSCC dalla National Strength and Conditioning Association (NSCA), che riconoscono le sue conoscenze e competenze nel settore. È inoltre certificato in PES (Performance Enhancement Specialist), CES (Corrective Exercise Specialist) e dry needling.

Nel complesso, il Dott. Charles Loftis è un membro vitale della comunità NBA, che lavora direttamente con la forza e le prestazioni degli atleti d’élite, oltre che con la necessaria prevenzione e riabilitazione di vari infortuni sportivi.



## Dott. Loftis, Charles

---

- Preparatore fisico presso i Portland Trail Blazers, Portland, Stati Uniti
- Allenatore capo di forza e condizionamento degli Iowa Wolves
- Fondatore e responsabile dell'allenamento presso XCEL Performance and Fitness
- Allenatore responsabile della squadra di pallacanestro maschile dell'Università Cristiana di Oklahoma
- Terapista fisico presso Mercy
- Dottorato in Terapia Fisica presso l'Università di Langston
- Laurea in Chimica e Biologia presso l'Università di Langston

“

*Grazie a TECH potrai  
apprendere insieme ai migliori  
professionisti del mondo”*



## Direttore Ospite Internazionale

Isaiah Covington è un allenatore di prestazioni altamente qualificato con una grande esperienza nel trattamento e nella cura di una serie di infortuni negli atleti d'élite. Infatti, la sua carriera professionale è stata orientata verso l'**NBA**, una delle federazioni sportive più importanti al mondo. È **Allenatore di Prestazioni dei Bolton Celtics**, una delle squadre più importanti della Eastern Conference e una delle più promettenti degli Stati Uniti.

Il suo lavoro in un campionato così impegnativo lo ha portato a specializzarsi nella massimizzazione del **potenziale fisico e mentale** dei giocatori. Fondamentale è stata la sua esperienza passata con altre squadre, come i Golden State Warriors e i Santa Cruz Warriors. Questo gli ha permesso di lavorare anche sugli infortuni sportivi, approfondendo la **prevenzione e riabilitazione** dei più frequenti negli agonisti.

In ambito accademico, il suo interesse si è focalizzato sul campo della **kinesiologia**, le **scienze legate all'attività fisica** e lo **sport ad alte prestazioni**. Questo lo ha portato a eccellere in modo prolifico nell'**NBA**, lavorando giorno dopo giorno con alcuni dei più importanti giocatori di basket e staff di allenatori del mondo.



## Dott. Covington, Isaiah

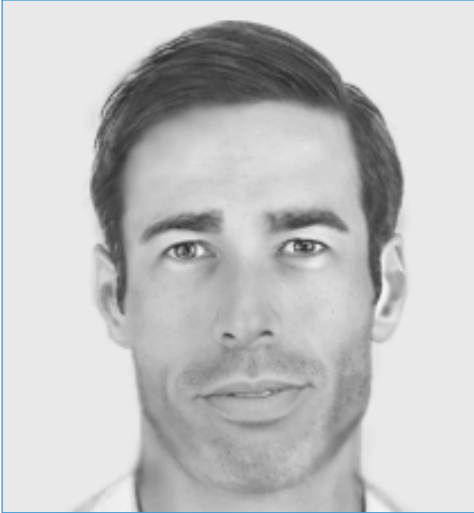
---

- ♦ Allenatore di Prestazioni e Preparatore Atletico dei Boston Celtics, Boston, USA
- ♦ Allenatore di Prestazioni dei Golden State Warriors
- ♦ Allenatore capo di Prestazioni dei Santa Cruz Warriors
- ♦ Allenatore di Prestazioni presso Pacers Sports & Entertainment
- ♦ Laurea in Kinesiologia e Scienze dell'Esercizio presso l'Università di Delaware
- ♦ Specializzazione in Gestione dell'Allenamento
- ♦ Master in Kinesiologia e Scienze dell'Esercizio presso l'Università di Long Island
- ♦ Master in Sport ad Alte Prestazioni presso l'Università Cattolica d'Australia

“

*Un'esperienza didattica unica, fondamentale e decisiva per potenziare il tuo sviluppo professionale"*

## Direzione



### **Dott. González Matarín, Pedro José**

- ♦ Ricercatore e professore di Scienze della Salute
- ♦ Ricercatore tecnico dell'Educazione alla Salute a Murcia
- ♦ Docente e Ricercatore presso l'Università di Almeria
- ♦ Tecnico del Programma Activa del Dipartimento della Salute di Murcia
- ♦ Allenatore di Alte Prestazioni
- ♦ Dottorato in Scienze della Salute
- ♦ Laurea in Scienze dell'Educazione Fisica
- ♦ Master in Recupero Funzionale in Attività Fisica e Sportiva
- ♦ Master in Medicina Rigenerativa
- ♦ Master in Attività Fisica e Salute
- ♦ Master in Dietetica e Dietoterapia
- ♦ Membro di SEEDO, AEEM





# 06

## Struttura e contenuti

Il piano di insegnamento per questo titolo accademico sarà organizzato in moduli che coprono tutti gli aspetti, dai fondamentali anatomici e biomeccanici alle strategie avanzate di intervento e riabilitazione. In questo senso, le sessioni online si concentreranno sulla trasmissione dei contenuti teorici, attraverso risorse multimediali innovative, videolezioni e forum di discussione, consentendo agli studenti di apprendere al proprio ritmo e facilitando la flessibilità nella gestione del tempo.





“

*Verrai preparato ad affrontare con successo le esigenze del settore della prevenzione e della riabilitazione degli infortuni sportivi, sempre con il supporto della rivoluzionaria metodologia di apprendimento Relearning”*



## Modulo 1. Personal training

- 1.1 Personal training
- 1.2 Allenamento della flessibilità
- 1.3 Allenamento della resistenza e cardiorespiratorio
- 1.4 Allenamento del core
  - 1.4.1 Muscolatura del core
  - 1.4.2 Allenamento dei sistemi di stabilizzazione
  - 1.4.3 Scienza e allenamento del core
  - 1.4.4 Linee guida per l'allenamento del core
  - 1.4.5 Creazione di programmi di allenamento del core
- 1.5 Allenamento dell'equilibrio
- 1.6 Allenamento pliometrico
  - 1.6.1 Principi dell'allenamento pliometrico
  - 1.6.2 Creazione di un programma di allenamento pliometrico
- 1.7 Allenamento della velocità e dell'agilità
- 1.8 Allenamento della forza
- 1.9 Creazione di programmi integrati per prestazioni ottimali
- 1.10 Modalità di esercizio

## Modulo 2. Lavoro preventivo per la pratica sportiva

- 2.1 Fattori di rischio nello sport
- 2.2 Lavoro con esercizi in Mat
- 2.3 Reformer e Cadillac
- 2.4 Sedia Wunda
- 2.5 *Stretching* Globale Attivo e Rieducazione Posturale Globale
- 2.6 FITBALL
- 2.7 TRX
- 2.8 *Body Pump*
- 2.9 Palla Medica e Kettlebell
- 2.10 Thera Band
  - 2.10.1 Vantaggi e proprietà
  - 2.10.2 Esercizi individuali
  - 2.10.3 Esercizi in coppia
  - 2.10.4 Programmi di allenamento



**Modulo 3. Struttura dell'apparato locomotore**

- 3.1. Posizione anatomica, assi e piani
- 3.2. Ossa
- 3.3. Articolazioni
  - 3.3.1. Eziologia
  - 3.3.2. Sinartrosi
  - 3.3.3. Anfiartrosi
  - 3.3.4. Diartrosi
- 3.4. Cartilagine
- 3.5. Tendini e legamenti
- 3.6. Muscolo-scheletrica
- 3.7. Sviluppo del sistema muscolo-scheletrico
- 3.8. Componenti del sistema muscolo-scheletrico
- 3.9. Controllo nervoso dei muscoli scheletrici
- 3.10. Contrazione muscolare
  - 3.10.1. Funzionamento della contrazione muscolare
  - 3.10.2. Tipi di contrazione muscolare
  - 3.10.3. Bioenergetica muscolare

**Modulo 4. Valutazione fitness, funzionale e biomeccanica**

- 4.1. Anatomia e kinesiologia
- 4.2. Scienza del movimento umano
- 4.3. Biomeccanica applicata
- 4.4. La visita iniziale del cliente
- 4.5. Protocolli e norme per i test di idoneità fisica
- 4.6. Valutazione del movimento funzionale
  - 4.6.1. Rilevamento, test e valutazione del movimento
  - 4.6.2. *Functional Movement Screen (FMS)*
  - 4.6.3. Valutazione selettiva del movimento funzionale
  - 4.6.4. Test specifici di prestazioni funzionali
- 4.7. Valutazione nutrizionale, genetica, biochimica e di qualità della vita

- 4.8. Biomeccanica
  - 4.8.1. Fondamenti biomeccanici
  - 4.8.2. Biomeccanica del movimento umano
  - 4.8.3. Controllo muscolare del movimento
  - 4.8.4. Biomeccanica dell'esercizio di resistenza
- 4.9. Valutazione della forma fisica
- 4.10. Rilevamento e stratificazione del rischio

**Modulo 5. Infortuni frequenti negli atleti**

- 5.1. Infortunio alla spalla nello sport
  - 5.1.1. Aspetti rilevanti della spalla
  - 5.1.2. Lesioni e disturbi legati all'instabilità acuta e cronica della spalla
  - 5.1.3. Infortuni alla clavicola
  - 5.1.4. Infortuni nervosi nella zona della spalla
  - 5.1.5. Infortuni al plesso brachiale
- 5.2. Infortuni alla parte superiore del braccio
- 5.3. Infortuni al gomito nello sport
- 5.4. Infortuni sportivi all'avambraccio, al polso e alla mano nello sport
- 5.5. Infortuni alla testa e al viso nello sport
- 5.6. Infortuni alla gola, al petto e all'addome nello sport
- 5.7. Infortuni alla schiena e alla colonna vertebrale nello sport
  - 5.7.1. Aspetti rilevanti della schiena e della colonna vertebrale
  - 5.7.2. Diagnosi del dolore alla schiena
  - 5.7.3. Infortuni al collo e alla zona cervicale
  - 5.7.4. Infortuni alla zona toracica e lombare
- 5.8. Infortunio dell'articolazione dell'anca, del bacino e della zona inguinale nello sport
- 5.9. Infortuni alla coscia, al ginocchio e alle gambe nello sport
- 5.10. Infortuni alla caviglia e al piede nello sport

## Modulo 6. Esercizio per la riabilitazione degli infortuni sportivi

- 6.1. Attività ed esercizio fisico per migliorare la salute
- 6.2. Classificazione e criteri di selezione degli esercizi e dei movimenti
- 6.3. Principi di allenamento sportivo
  - 6.3.1. Principi biologici
    - 6.3.1.1. Unità funzionale
    - 6.3.1.2. Multilateralità
    - 6.3.1.3. Specificità
    - 6.3.1.4. Sovraccarico
    - 6.3.1.5. Supercompensazione
    - 6.3.1.6. Individualizzazione
    - 6.3.1.7. Continuità
    - 6.3.1.8. Progressione
  - 6.3.2. Principi pedagogici
    - 6.3.2.1. Trasferimento
    - 6.3.2.2. Efficacia
    - 6.3.2.3. Stimolazione volontaria
    - 6.3.2.4. Accessibilità
    - 6.3.2.5. Periodizzazione
- 6.4. Tecniche applicate al trattamento degli infortuni nello sport
- 6.5. Protocolli specifici d'azione
- 6.6. Fasi del processo di recupero organico e funzionale
- 6.7. Creazione di esercizi preventivi
- 6.8. Esercizi fisici specifici per gruppi muscolari
- 6.9. Rieducazione propriocettiva
  - 6.9.1. Basi dell'allenamento propriocettivo e cinestesico
  - 6.9.2. Conseguenze propriocettive dell'infortunio
  - 6.9.3. Sviluppo della propriocezione sportiva
  - 6.9.4. Materiali per il lavoro di propriocezione
  - 6.9.5. Fasi della rieducazione propriocettiva
- 6.10. Pratica sportiva e attività durante il processo di recupero

## Modulo 7. Patologie frequenti dell'apparato locomotore

- 7.1. Dolore cervicale, dorsalgia e lombalgia
- 7.2. Scoliosi
- 7.3. Ernia del disco
- 7.4. Tendinite alla spalla
- 7.5. Epicondilite
  - 7.5.1. Epidemiologia
  - 7.5.2. Anatomia patologica
  - 7.5.3. Aspetti clinici
  - 7.5.4. Diagnosi
  - 7.5.5. Trattamento
- 7.6. Osteoartrite all'anca
- 7.7. Gonartrosi
- 7.8. Fascite Plantare
  - 7.8.1. Concettualizzazione
  - 7.8.2. Fattori di rischio
  - 7.8.3. Sintomatologia
  - 7.8.4. Trattamenti
- 7.9. *Hallux Valgus* e piede piatto
- 7.10. Distorsione della caviglia

## Modulo 8. Esercizio per il recupero funzionale

- 8.1. Allenamento funzionale e riabilitazione avanzata
  - 8.1.1. Funzione e riabilitazione funzionale
  - 8.1.2. Propriocezione, recettori e controllo neuromuscolare
  - 8.1.3. Sistema nervoso centrale: integrazione del controllo motorio
  - 8.1.4. Principi di prescrizione dell'esercizio terapeutico
  - 8.1.5. Ripristino della propriocezione e del controllo neuromuscolare
  - 8.1.6. Il modello di riabilitazione a 3 fasi
- 8.2. La scienza del pilates per la riabilitazione
- 8.3. Principi del pilates



- 8.4. Integrazione del pilates in riabilitazione
- 8.5. Metodologia e attrezzature necessarie per una pratica efficace
- 8.6. La colonna vertebrale cervicale e toracica
- 8.7. La colonna vertebrale lombare
- 8.8. La spalla e l'anca
- 8.9. Il ginocchio
- 8.10. Il piede e la caviglia

### Modulo 9. Alimentazione per la riabilitazione e il recupero funzionale

- 9.1. Alimentazione integrale come elemento chiave nella prevenzione e nel recupero dagli infortuni
- 9.2. Carboidrati
- 9.3. Proteine
- 9.4. Grassi
  - 9.4.1. Saturi
  - 9.4.2. Insaturi
    - 9.4.2.1. Monoinsaturi
    - 9.4.2.2. Polinsaturi
- 9.5. Vitamine
  - 9.5.1. Idrosolubili
  - 9.5.2. Liposolubili
- 9.6. Minerali
  - 9.6.1. Macrominerali
  - 9.6.2. Microminerali
- 9.7. Fibra
- 9.8. Acqua
- 9.9. Fitochimici
  - 9.9.1. Fenoli
  - 9.9.2. Tioli
  - 9.9.3. Terpeni
- 9.10. Integratori alimentari per la prevenzione e il recupero funzionale

### Modulo 10. *Coaching* e business del personal trainer

- 10.1. Gli inizi del personal trainer
- 10.2. *Coaching* per il personal trainer
- 10.3. Il personal trainer come promotore dell'esercizio fisico e gli effetti di quest'ultimo sulla salute e sul rendimento
  - 10.3.1. Fondamenti di base dell'esercizio fisico
  - 10.3.2. Risposte acute all'esercizio
  - 10.3.3. Effetti dell'esercizio sul rendimento
    - 10.3.3.1. Resistenza
    - 10.3.3.2. Forza e potenza
    - 10.3.3.3. Equilibrio
  - 10.3.4. Effetti dell'esercizio sulla salute
    - 10.3.4.1. Salute fisica
    - 10.3.4.2. Salute mentale
- 10.4. Necessità di un cambiamento comportamentale
- 10.5. Il personal trainer e la relazione con il cliente
- 10.6. Strumenti motivazionali
  - 10.6.1. Esame di valutazione
  - 10.6.2. Colloquio motivazionale
  - 10.6.3. Creazione di esperienze positive
- 10.7. Psicologia per il personal trainer
- 10.8. Carriera professionale del personal trainer
- 10.9. Progettazione e manutenzione di impianti e materiali
- 10.10. Aspetti legali del personal training



*Utilizzerai strumenti tecnologici all'avanguardia e risorse online per facilitare l'apprendimento autonomo e l'interazione con i docenti"*

# 07 Tirocinio

Al termine del ciclo teorico online, il programma prevede un periodo di tirocinio presso un centro di riferimento. Lo studente disporrà del supporto di un tutor che lo accompagnerà durante tutto il percorso, sia nella preparazione che nello svolgimento del tirocinio.





“

*Il tirocinio di questo Master Semipresenziale è stato progettato per fornire un'esperienza concreta e pratica in un ambiente professionale”*



Il periodo di formazione pratica di questo programma di Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi consisterà in un soggiorno in un prestigioso centro sportivo, della durata di 3 settimane, dal lunedì al venerdì, con 8 ore consecutive di formazione pratica, a fianco di un tutor specializzato. Questo soggiorno permetterà di trattare veri atleti al fianco di un team di professionisti leader nel campo della prevenzione degli infortuni e della riabilitazione, applicando le procedure diagnostiche più innovative e programmando terapie di ultima generazione.

In questa proposta formativa totalmente pratica, le attività sono finalizzate allo sviluppo e al perfezionamento delle competenze necessarie per l'assistenza in aree e condizioni che richiedono un alto livello di qualificazione, e che sono orientate all'allenamento specifico per l'esercizio dell'attività, in un ambiente sicuro per lo sportivo e ad alta prestazione professionale.

È senza dubbio un'opportunità per imparare lavorando. Un'esperienza che non solo rafforzerà l'apprendimento, ma ti permetterà anche di costruire una rete di contatti professionali e di acquisire un'esperienza preziosa, essenziale per una promettente carriera futura nel campo della salute dello sport.

La parte pratica si svolgerà con la partecipazione attiva dello studente che svolge le attività e le procedure di ogni area di competenza (imparare a imparare e imparare a fare), con l'accompagnamento e la guida di insegnanti e altri partner formativi che facilitano il lavoro di gruppo e l'integrazione multidisciplinare come competenze trasversali per la prassi della Prevenzione e Riabilitazione di degli infortuni sportivi (a essere e imparare a relazionarsi)



Le procedure descritte di seguito costituiranno la base della parte pratica della specializzazione e la relativa attuazione è subordinata all'idoneità dei pazienti e alla disponibilità del centro, come al suo carico di lavoro; le attività proposte sono le seguenti:

Modulo	Attività Pratica
<b>Diagnosi e trattamento degli infortuni</b>	Valutare le condizioni fisiche e biomeccaniche degli atleti
	Utilizzare le tecnologie di analisi del movimento per migliorare l'accuratezza diagnostica
	Assistere nella somministrazione di trattamenti fisici e terapeutici
	Monitorare i progressi del recupero degli atleti
	Somministrare il primo soccorso e rispondere alle emergenze durante gli eventi sportivi
	Fornire un supporto emotivo e motivazionale agli atleti durante il processo di recupero
<b>Riabilitazione</b>	Monitoraggio regolare e adeguamento dei piani di riabilitazione
	Implementare tecniche di riabilitazione appropriate per i diversi tipi di infortunio
	Preparare relazioni dettagliate sullo stato e sullo sviluppo degli atleti
	Valutare le condizioni fisiche e funzionali degli atleti
	Supervisionare le sessioni di esercizi terapeutici e riabilitativi
<b>Ideazione di piani di prevenzione</b>	Progettare programmi personalizzati di prevenzione degli infortuni
	Implementare strategie di intervento rapido post-infortunio
	Promuovere workshop e incontri educativi sulla salute nello sport
	Sviluppare capacità di comunicazione efficace per interagire con gli atleti e i loro team di supporto
	Istruire gli atleti su esercizi di stretching e rafforzamento per migliorare le loro prestazioni e prevenire futuri infortuni

Modulo	Attività Pratica
<b>Nutrizione</b>	Valutare le esigenze nutrizionali specifiche degli atleti in base alla loro attività sportiva e al loro stato di salute
	Progettare piani nutrizionali personalizzati che supportino il processo di riabilitazione e migliorino le prestazioni sportive
	Consigliare integratori alimentari appropriati per facilitare il recupero da infortuni e la prevenzione di nuove incidenze
	Monitorare l'apporto dietetico degli atleti per garantire il rispetto degli obiettivi nutrizionali stabiliti
	Insegnare tecniche di gestione del peso che siano sane ed efficaci, senza compromettere le prestazioni e il recupero
	Valutare gli effetti di diversi tipi di dieta sul recupero e sulla prevenzione degli infortuni
<b>Ricerca</b>	Partecipare a ricerche e studi di casi relativi alle lesioni sportive
	Esaminare l'uso di tecnologie emergenti, come la realtà virtuale e il <i>biofeedback</i> , nella riabilitazione sportiva
	Analizzare le cause e i fattori di rischio associati agli infortuni in diversi sport e livelli di competizione
	Studiare l'impatto psicologico degli infortuni negli atleti e valutare le tecniche di intervento
	Condurre studi longitudinali per seguire l'evoluzione degli atleti dopo l'attuazione di specifici programmi di riabilitazione

## Assicurazione di responsabilità civile

La preoccupazione principale di questa istituzione è quella di garantire la sicurezza sia dei tirocinanti sia degli altri agenti che collaborano ai processi di tirocinio in azienda. All'interno delle misure rivolte a questo fine ultimo, esiste la risposta a qualsiasi incidente che possa verificarsi durante il processo di insegnamento-apprendimento.

A tal fine, questa istituzione educativa si impegna a stipulare un'assicurazione di responsabilità civile per coprire qualsiasi eventualità che possa insorgere durante la permanenza presso il centro di tirocinio.

La polizza di responsabilità civile per i tirocinanti deve garantire una copertura assicurativa completa e deve essere stipulata prima dell'inizio del periodo di tirocinio. Grazie a questa garanzia, il professionista non avrà alcuna preoccupazione nel caso di eventuali situazioni impreviste che possano insorgere durante il tirocinio e potrà godere di una copertura assicurativa fino al termine dello stesso.





## Condizioni generali del tirocinio

Le condizioni generali dell'accordo di tirocinio per il programma sono le seguenti:

**1. TUTORAGGIO:** durante il Master Semipresenziale agli studenti verranno assegnati due tutor che li seguiranno durante tutto il percorso, risolvendo eventuali dubbi e domande. Da un lato, lo studente disporrà di un tutor professionale appartenente al centro di inserimento lavorativo che lo guiderà e lo supporterà in ogni momento. Dall'altro lato, allo studente verrà assegnato anche un tutor accademico che avrà il compito di coordinare e aiutare lo studente durante l'intero processo, risolvendo i dubbi e fornendogli tutto ciò di cui potrebbe aver bisogno. In questo modo, il professionista sarà accompagnato in ogni momento e potrà risolvere tutti gli eventuali dubbi, sia di natura pratica che accademica.

**2. DURATA:** il programma del tirocinio avrà una durata di tre settimane consecutive di preparazione pratica, distribuite in giornate di 8 ore lavorative, per cinque giorni alla settimana. I giorni di frequenza e l'orario saranno di competenza del centro, che informerà debitamente e preventivamente il professionista, con un sufficiente anticipo per facilitarne l'organizzazione.

**3. ASSENZE:** in caso di mancata presentazione il giorno di inizio del Master Semipresenziale, lo studente perderà il diritto allo stesso senza possibilità di rimborso o di modifica di date. L'assenza per più di due giorni senza un giustificato motivo/certificato medico comporterà la rinuncia dello studente al tirocinio e, pertanto, la relativa automatica cessazione. In caso di ulteriori problemi durante lo svolgimento del tirocinio, essi dovranno essere debitamente e urgentemente segnalati al tutor

accademico.

**4. CERTIFICAZIONE:** lo studente che supererà il Master Semipresenziale riceverà un certificato che attesterà il tirocinio svolto presso il centro in questione.

**5. RAPPORTO DI LAVORO:** il Master Semipresenziale non costituisce alcun tipo di rapporto lavorativo.

**6. STUDI PRECEDENTI:** alcuni centri potranno richiedere un certificato di studi precedenti per la partecipazione al Master Semipresenziale. In tal caso, sarà necessario esibirlo al dipartimento tirocini di TECH affinché venga confermata l'assegnazione del centro prescelto.

**7. NON INCLUDE:** il Master Semipresenziale non includerà nessun elemento non menzionato all'interno delle presenti condizioni. Pertanto, non sono inclusi alloggio, trasporto verso la città in cui si svolge il tirocinio, visti o qualsiasi altro servizio non menzionato.

Tuttavia, gli studenti potranno consultare il proprio tutor accademico per qualsiasi dubbio o raccomandazione in merito. Egli fornirà tutte le informazioni necessarie per semplificare le procedure.

# 08

## Dove posso svolgere il tirocinio?

Questo programma di Master Semipresenziale prevede tirocinio in un prestigioso centro sportivo, dove lo studente metterà in pratica tutto ciò che ha appreso sulla prevenzione la riabilitazione dagli infortuni sportivi. In questo senso, e per avvicinare un maggior numero di professionisti a questa qualifica, TECH offrirà la possibilità di conseguirla in diversi centri. In questo modo, l'istituzione rafforza il suo impegno per un'istruzione di qualità e a prezzi accessibili per tutti.







“

*Il percorso pratico ti consentirà di sviluppare competenze chiave nella valutazione, nella diagnosi e nella progettazione di programmi di prevenzione e riabilitazione degli infortuni sportivi”*





Gli studenti potranno svolgere il tirocinio di questo Master Semipresenziale presso i seguenti centri:



Scienze Motorie

### Avanza Rehabilitación

Paese	Città
Argentina	Tucumán

Indirizzo: Juan Gregorio de las Heras  
581, T4000 San Miguel de Tucumán

Creazione di un'assistenza curativa e preventiva, che integri fisioterapia, terapia occupazionale e assistenza sociale

---

**Tirocini correlati:**

- Fisioterapia nell'Approccio alla Lesione Cerebrale Acquisita
- Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi









09

# Metodologia

Questo programma ti offre un modo differente di imparare. La nostra metodologia si sviluppa in una modalità di apprendimento ciclico: ***il Relearning.***

Questo sistema di insegnamento viene applicato nelle più prestigiose facoltà di medicina del mondo ed è considerato uno dei più efficaci da importanti pubblicazioni come il ***New England Journal of Medicine.***







“

*Scopri il Relearning, un sistema che abbandona l'apprendimento lineare convenzionale, per guidarti attraverso dei sistemi di insegnamento ciclici: una modalità di apprendimento che ha dimostrato la sua enorme efficacia, soprattutto nelle materie che richiedono la memorizzazione”*

### Caso di Studio per contestualizzare tutti i contenuti

Il nostro programma offre un metodo rivoluzionario per sviluppare le abilità e le conoscenze. Il nostro obiettivo è quello di rafforzare le competenze in un contesto mutevole, competitivo e altamente esigente.

“

*Con TECH potrai sperimentare un modo di imparare che sta scuotendo le fondamenta delle università tradizionali in tutto il mondo”*



*Avrai accesso a un sistema di apprendimento basato sulla ripetizione, con un insegnamento naturale e progressivo durante tutto il programma.*



*Imparerai, attraverso attività collaborative e casi reali, la risoluzione di situazioni complesse in ambienti aziendali reali.*

## Un metodo di apprendimento innovativo e differente

Questo programma di TECH consiste in un insegnamento intensivo, creato ex novo, che propone le sfide e le decisioni più impegnative in questo campo, sia a livello nazionale che internazionale. Grazie a questa metodologia, la crescita personale e professionale viene potenziata, effettuando un passo decisivo verso il successo. Il metodo casistico, la tecnica che sta alla base di questi contenuti, garantisce il rispetto della realtà economica, sociale e professionale più attuali.

“

*Il nostro programma ti prepara ad affrontare nuove sfide in ambienti incerti e a raggiungere il successo nella tua carriera”*

Il metodo casistico è stato il sistema di apprendimento più usato nelle migliori facoltà del mondo. Sviluppato nel 1912 affinché gli studenti di Diritto non imparassero la legge solo sulla base del contenuto teorico, il metodo casistico consisteva nel presentare loro situazioni reali e complesse per prendere decisioni informate e giudizi di valore su come risolverle. Nel 1924 fu stabilito come metodo di insegnamento standard ad Harvard.

Cosa dovrebbe fare un professionista per affrontare una determinata situazione? Questa è la domanda con cui ci confrontiamo nel metodo casistico, un metodo di apprendimento orientato all'azione. Durante il programma, gli studenti si confronteranno con diversi casi di vita reale. Dovranno integrare tutte le loro conoscenze, effettuare ricerche, argomentare e difendere le proprie idee e decisioni.



## Metodologia Relearning

TECH coniuga efficacemente la metodologia del Caso di Studio con un sistema di apprendimento 100% online basato sulla ripetizione, che combina 8 diversi elementi didattici in ogni lezione.

Potenziamo il Caso di Studio con il miglior metodo di insegnamento 100% online: il Relearning.

*Nel 2019 abbiamo ottenuto i migliori risultati di apprendimento di tutte le università online del mondo.*

In TECH si impara attraverso una metodologia all'avanguardia progettata per formare i manager del futuro. Questo metodo, all'avanguardia della pedagogia mondiale, si chiama Relearning.

La nostra università è l'unica autorizzata a utilizzare questo metodo di successo. Nel 2019, siamo riusciti a migliorare il livello di soddisfazione generale dei nostri studenti (qualità dell'insegnamento, qualità dei materiali, struttura del corso, obiettivi...) rispetto agli indicatori della migliore università online.



Nel nostro programma, l'apprendimento non è un processo lineare, ma avviene in una spirale (impariamo, disimpariamo, dimentichiamo e re-impariamo). Pertanto, combiniamo ciascuno di questi elementi in modo concentrico. Con questa metodologia abbiamo formato oltre 650.000 laureati con un successo senza precedenti, in ambiti molto diversi come la biochimica, la genetica, la chirurgia, il diritto internazionale, le competenze manageriali, le scienze sportive, la filosofia, il diritto, l'ingegneria, il giornalismo, la storia, i mercati e gli strumenti finanziari. Tutto questo in un ambiente molto esigente, con un corpo di studenti universitari con un alto profilo socio-economico e un'età media di 43,5 anni.

*Il Relearning ti permetterà di apprendere con meno sforzo e più performance, impegnandoti maggiormente nella tua specializzazione, sviluppando uno spirito critico, difendendo gli argomenti e contrastando le opinioni: un'equazione diretta al successo.*

Dalle ultime evidenze scientifiche nel campo delle neuroscienze, non solo sappiamo come organizzare le informazioni, le idee, le immagini e i ricordi, ma sappiamo che il luogo e il contesto in cui abbiamo imparato qualcosa è fondamentale per la nostra capacità di ricordarlo e immagazzinarlo nell'ippocampo, per conservarlo nella nostra memoria a lungo termine.

In questo modo, e in quello che si chiama Neurocognitive Context-dependent E-learning, i diversi elementi del nostro programma sono collegati al contesto in cui il partecipante sviluppa la sua pratica professionale.



Questo programma offre i migliori materiali didattici, preparati appositamente per i professionisti:



#### Materiali di studio

Tutti i contenuti didattici sono creati appositamente per il corso dagli specialisti che lo impartiranno, per fare in modo che lo sviluppo didattico sia davvero specifico e concreto.

Questi contenuti sono poi applicati al formato audiovisivo che supporterà la modalità di lavoro online di TECH. Tutto questo, con le ultime tecniche che offrono componenti di alta qualità in ognuno dei materiali che vengono messi a disposizione dello studente.



#### Master class

Esistono evidenze scientifiche sull'utilità dell'osservazione di esperti terzi.

Imparare da un esperto rafforza la conoscenza e la memoria, costruisce la fiducia nelle nostre future decisioni difficili.



#### Pratiche di competenze e competenze

Svolgerai attività per sviluppare competenze e capacità specifiche in ogni area tematica. Pratiche e dinamiche per acquisire e sviluppare le competenze e le abilità che uno specialista deve sviluppare nel quadro della globalizzazione in cui viviamo.

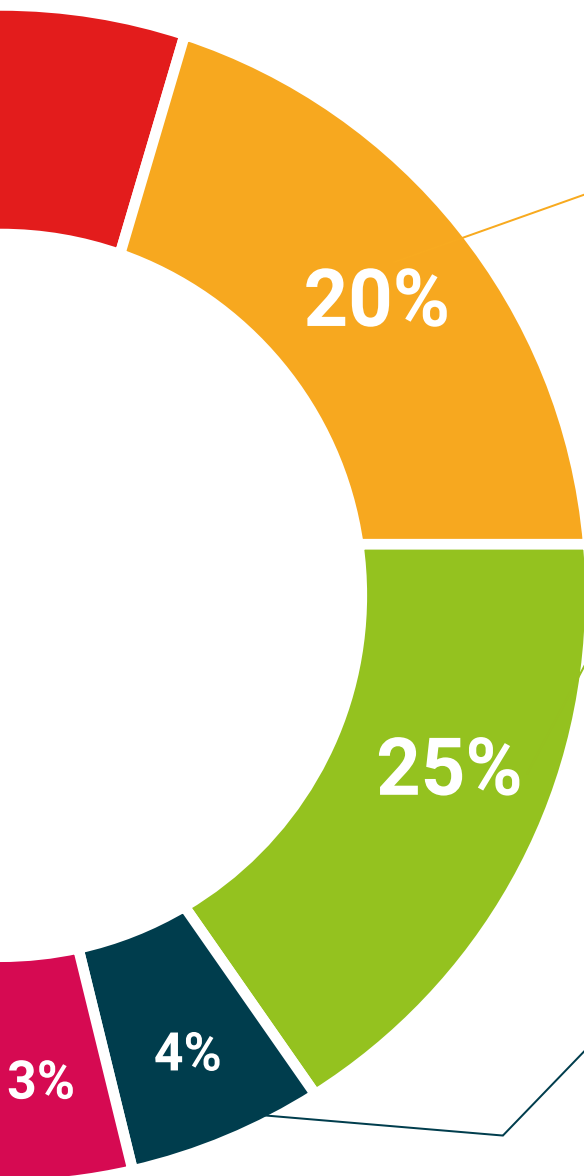


#### Letture complementari

Articoli recenti, documenti di consenso e linee guida internazionali, tra gli altri. Nella biblioteca virtuale di TECH potrai accedere a tutto il materiale necessario per completare la tua specializzazione.







#### Casi di Studio

Completerai una selezione dei migliori casi di studio scelti appositamente per questa situazione. Casi presentati, analizzati e monitorati dai migliori specialisti del panorama internazionale.



#### Riepiloghi interattivi

Il team di TECH presenta i contenuti in modo accattivante e dinamico in pillole multimediali che includono audio, video, immagini, diagrammi e mappe concettuali per consolidare la conoscenza.

Questo esclusivo sistema di specializzazione per la presentazione di contenuti multimediali è stato premiato da Microsoft come "Caso di successo in Europa".



#### Testing & Retesting

Valutiamo e rivalutiamo periodicamente le tue conoscenze durante tutto il programma con attività ed esercizi di valutazione e di autovalutazione, affinché tu possa verificare come raggiungi progressivamente i tuoi obiettivi.



# 10

# Certificazione

Il programma in Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di una qualifica di Master Semipresenziale rilasciata da TECH Università Tecnologica.



“

*Completa con successo questo programma e ricevi il tuo diploma universitario senza spostamenti e fastidiose formalità”*



Questo programma ti consentirà di ottenere il titolo di studio privato di **Master Semipresenziale in Chirurgia Veterinaria Mininvasiva degli Animali di Piccola Taglia** possiede il programma più completo e aggiornato del mercato.

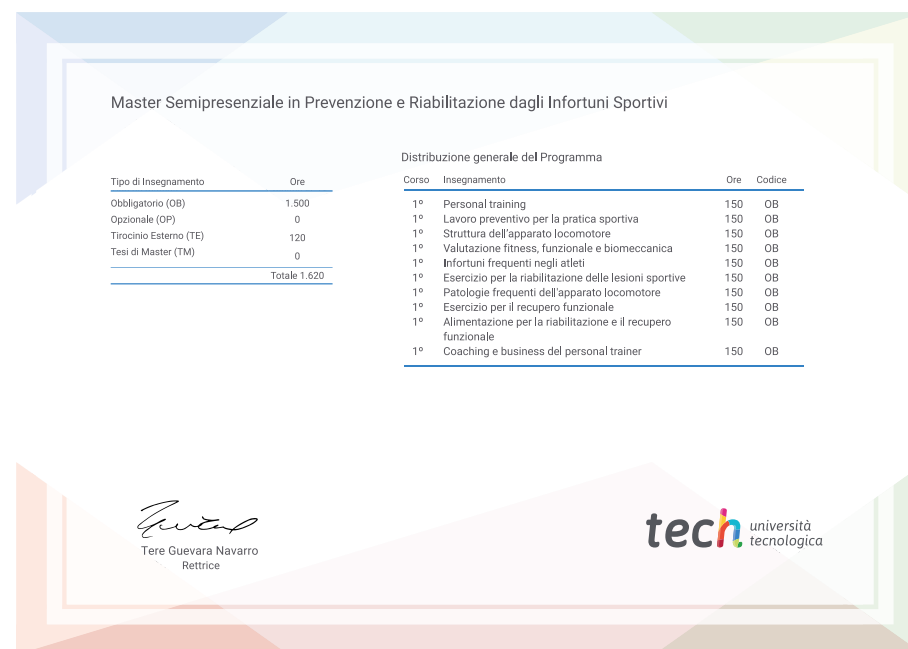
Dopo aver superato la valutazione, lo studente riceverà mediante lettera certificata\* con ricevuta di ritorno, la sua corrispondente qualifica di **Master Semipresenziale** rilasciata da **TECH Università Tecnologica**.

Il titolo rilasciato da **TECH Università Tecnologica** esprime la qualifica ottenuta nel Corso Universitario, e riunisce tutti i requisiti comunemente richiesti da borse di lavoro, concorsi e commissioni di valutazione di carriere professionali.

Titolo: **Master Privato in Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi**

Modalità: **Semipresenziale (Online + Tirocinio)**

Durata: **7 mesi**



\*Apostille dell'Aia. Se lo studente dovesse richiedere che il suo diploma cartaceo sia provvisto di Apostille dell'Aia, TECH EDUCATION effettuerà le gestioni opportune per ottenerla pagando un costo aggiuntivo.

futuro  
salute fiducia persone  
educazione informazione tutor  
garanzia accreditamento insegnamento  
istituzioni tecnologia apprendimento  
comunità impegno  
attenzione personalizzata innovazione  
conoscenza presente qualità  
formazione online  
sviluppo istituzioni  
classe virtuale lingua

**tech** università  
tecnologica

**Master Semipresenziale**  
Prevenzione e Riabilitazione  
dagli Infortuni Sportivi

Modalità: Semipresenziale (Online + Tirocinio)

Durata: 7 mesi

Certificazione: TECH Università Tecnologica

Crediti: 60 + 4 ECTS

# Master Semipresenziale

## Prevenzione e Riabilitazione dagli Infortuni Sportivi

Approvato dall'NBA



**tech** università  
tecnologica