

## Adolescenti e sani stili di vita: cosa possono fare gli insegnanti e gli allenatori?

Ancona, 11 settembre 2020

**Finalità:** Oggi è sempre più evidente che la salute dipende da una molteplicità di fattori, interrelati tra loro, che toccano vari aspetti della nostra vita; tra questi l'acquisizione e il mantenimento di sani stili di vita, fin da giovani, riveste un'importanza particolare.

Questo approccio diventa ancora più importante per chi svolge un'attività motoria e sportiva, che diventano esse stesse, se praticate correttamente, un tassello fondamentale di uno stile di vita corretto.

Mentre fasce sempre più larghe di popolazione stanno aumentando l'attenzione su questi aspetti, nell'età adolescenziale si riscontrano invece le maggiori difficoltà: si pensi al rapporto di molti giovani con l'alcool, il fumo, le sostanze psicoattive, la qualità del cibo, il sonno, .....

Come potrebbero intervenire su queste tematiche gli insegnanti di Scienze Motorie, gli allenatori, gli educatori in genere, per suscitare innanzitutto un interesse degli adolescenti su questi temi e poi per stimolarli a mettersi in gioco?

Il Dottor Davide Schembri, attivo da molti anni su questo fronte, ha messo a punto una serie di strategie comunicative e motivazionali che riescono a suscitare l'interesse di un'aula magna piena di studenti che si fermano alla fine dell'incontro a chiedere ulteriori informazioni e consigli.

L'incontro vuole essere un momento di confronto per conoscere la metodologia comunicativa, gli strumenti e la tipologia di contenuti utilizzati dal Dott. Schembri e per discutere insieme della possibilità di adattamento e trasferibilità di questa impostazione nelle diverse situazioni educative.

Alimentarsi non significa nutrizione: infatti solo quest'ultima ha il ruolo di aumentare le difese immunitarie, le prestazioni sportive e attuare la famosa prevenzione di cui tutti parlano per tutte le patologie. Scoprire i falsi miti legati a tale ambito rappresenta un'arma di conoscenza utile nella vita quotidiana in base alle proprie necessità. L'incontro via web avrà l'obiettivo di chiarire in chiave salutistica diverse tematiche legate allo sport, alla salute, al sistema immunitario e alla prevenzione che spesso viene ignorata da medici, da professioni sanitarie e da molte categorie professionali della salute e dello sport.

**Destinatari:** Il corso è rivolto ad insegnanti di scienze motorie, allenatori del settore giovanile, laureati e studenti di Scienze Motorie, laureati ISEF, educatori in genere.

### **Relatori:**

**Prof. Roberto Mancini**, Docente di educazione fisica presso l'ITG Genga Pesaro formatore e collaboratore della Scuola Regionale dello Sport delle Marche autore di vari articoli e pubblicazioni sulle attività motorio sportive giovanili.

**Dott. Gerlando Davide Schembri**, Medico Chirurgo, Ricercatore Area Prevenzione Primaria Secondaria Terziaria, Consulente Scientifico Corsi Nazionali di Aggiornamento in Nutrizione, Esperto in Integrazione Oncologica e Sportiva, Direttore Scientifico Master in Scienza della Salute Naturale Nutrizionista Esperto in Nutrizione in Condizioni Patologiche, Responsabile Medico Centro Federale Territoriale FIGC Federazione Italiana Giuoco Calcio Regione Marche.

## **Programma**

<b>Ore 17.00</b>	Accredito dei partecipanti
<b>Ore 17.15</b>	Introduzione ai lavori a cura del <i>Prof. Roberto Mancini</i>
<b>Ore 17.30</b>	<b>Adolescenti e sani stili di vita: cosa possono fare insegnanti e allenatori?</b> <i>Dott. G.D. Schembri</i>
<b>Ore 19.00</b>	Dibattito
<b>Ore 19.30</b>	Termine dei lavori

**Modalità di iscrizione:** Per iscriversi è necessario accedere al sito della Scuola Regionale dello sport del C.O.N.I. Marche registrarsi (vedi voce "Iscriviti all'area riservata") e compilare la scheda di iscrizione presente online all'interno del corso/convegno/seminario oppure iscriversi tramite mail all'indirizzo [srdsmarche@sportesalute.eu](mailto:srdsmarche@sportesalute.eu)

<http://marche.coni.it/marche/scuola-regionale.html>

La conferma di avvenuta iscrizione arriverà automaticamente dal sistema o dalla mail della SRdS Marche.

**Quota di iscrizione:** L'iscrizione è gratuita.

### **Modalità di effettuazione del corso:**

Il corso si terrà on-line in Videoconferenza utilizzando la piattaforma Microsoft Teams. Tutti i partecipanti riceveranno una mail con link per poter accedere all'incontro e con le modalità di esecuzione.

**A tutti i partecipanti verrà rilasciato un attestato di partecipazione a cura della Scuola Regionale dello Sport del C.O.N.I. Marche**



1506  
UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI URBINO  
CARLO BO

