



Innowacyjność w korekcji skolioz, metodyka i aparatura SKOL-AS

PROGRAM SZKOLENIA

I dzień

9:00-17:30

9:00-10:30

Wprowadzenie i dyskusja moderowana – dr hab. prof. ndzw. Andrzej Suchanowski

1. Morfofizjologiczne podstawy metody SKOL-AS.

a) współzależność między budową i funkcją kręgosłupa, a zasadami konstrukcji aparatu SKOL-AS i metodyki korekcji.

2. Prawidłowości i nieprawidłowości funkcji ruchowych człowieka.

- a) uwarunkowania neuroregulacyjne ruchu,
- b) uwarunkowania bioenergetyczne funkcji ruchowych,
- c) rola kontroli nerwowej w korekcji skolioz.

3. Rola biernego mechanizmu stabilizacji kręgosłupa.

- a) charakterystyka struktur biernego mechanizmu stabilizacji,
- b) siły oddziałujące na elementy i całość kręgosłupa.

4. Rola czynnego mechanizmu stabilizacji kręgosłupa.

- a) rola i funkcje mięśni i układu odniesienia (tzw. stabilizatorów lokalnych),
- b) sprzężenie zwrotne wyprzedzające – zasada „feed-forward”,
- c) rola i funkcje stabilizatorów głębokich oraz mobilizatorów globalnych wielostawowych.

10:30-10:45 Przerwa kawowa

10:45-15:00

Zajęcia praktyczne – mgr Andrzej Stolarz

1. Zasady pomiaru i kontroli efektywności postępowania w korekcji BSK:

- a) wskaźnik kifo-lordotyczny,
- b) wskaźnik giętkości grzbietowo-krzyżowej,
- c) nauka wykreślenia kąta Cobba,
- d) nauka obliczania rotacji wg Raimondiego przy użyciu tablic.

2. Rozwiązywanie problemów biomechanicznych występujących w biernym mechanizmie stabilizującym:

- a) miednica skośna,
- b) miednica skręcona,
- c) test Giletta,



- d) dysfunkcje stawu krzyżowo-biodrowego,
- e) ocena i trójplaszczynowa terapia odcinka lędźwiowego.

13:00-13:15 Przerwa kawowa

13:15-15:00

Zajęcia praktyczne – mgr Andrzej Stolarz

3. Szczegółowe zapoznanie się z budową, możliwościami i funkcjonowaniem aparatu SKOL-AS.

15:00-15:40 Lunch

15:40-17:30

Zajęcia praktyczne – mgr Andrzej Stolarz

4. Przygotowanie biernego i czynnego mechanizmu stabilizującego w odcinku szyjnym i piersiowym.

- a) strefy zawiasowe i wpływ OAA na bierny mechanizm stabilizujący,
- b) ocena ruchomości stawów odcinka C0-C3,
- c) terapia – mobilizacje zablokowania do przodozgięcia, boku i rotacji,
- d) testy funkcjonalne – mięśni podpotylicznych, pochyłych, czworobocznego części zstępująca,
- e) oddech kątowo-obrotowy,
- f) testy funkcjonalne struktur mających wpływ na zmniejszenie kifozy piersiowej.

17:30 Zakończenie pierwszego dnia szkolenia

**II dzień
9:00-18:45**

9:00-10:30

Dyskusja moderowana – dr hab. prof. ndzw. Andrzej Suchanowski

1. Uzasadnienie wprowadzenia metodyki i praktyki treningu sportowego do korekcji skolioz aparatem SKOL-AS.

- a) Skuteczność treningu sportowego w uzyskiwaniu utrwalonych zmian w budowie i funkcji organizmu,
- b) Zasady, metody, formy i środki treningowe stanowiące podstawy skuteczności prawidłowego treningu.

2. Oryginalność i innowacyjność metodyki SKOL-AS opartej na zasadach treningu.

- a) Możliwości modyfikacji metodycznych treningu w odniesieniu do dzieci i młodzieży ze skoliozą,
- b) Właściwości konstrukcyjne aparatu SKOL-AS dające możliwości zastosowania i skuteczności treningu.



3. Możliwości uzyskania korekcji i reedukacji wzorca ruchu przy zastosowaniu zmienności obciążeń stanowiących istotę metody SKOL-AS.

- a) Rola mechanizmu biofeedback w metodyce i konstrukcji aparatu SKOL-AS,
- b) Specyfika metodyki wypracowywania wytrzymałości, siły, gibkości (zakresów ruchów) oraz reedukacji wzorców ruchowych.

10:30-10:45 Przerwa kawowa

10:45-13:45

Zajęcia praktyczne – mgr Andrzej Stolarz

1. Oddziaływanie na struktury czynnego mechanizmu stabilizującego w odcinku lędźwiowym (ćwiczenia):

- a) odcinek lędźwiowy – mobilizacje stawów z wykorzystaniem TEM
- b) stabilizacja kompleksu lędźwiowo- miedniczno- biodrowego w oparciu o założenia metody Kinetic Control, SET – w otwartych i zamkniętych łańcuchach kinematycznych,
- c) testy funkcjonalne i terapia – mięśnie pośladkowy średni, przywodziciel długi i wielki, czworoboczny lędźwi, prostownik grzbietu.

13:00-13:15 Przerwa kawowa

13:15-15:00

Zajęcia praktyczne – mgr Andrzej Stolarz

2. Demonstracja ćwiczeń wykonywanych w aparacie SKOL-AS, uwzględniających biomechaniczne aspekty biernego i czynnego mechanizmu stabilizującego.

3. Praca w podgrupach na aparacie SKOL-AS – przykłady ćwiczeń: odcinek lędźwiowy, pozycja leżąca.

15:00-15:40 Lunch

15:40-18:45

Zajęcia praktyczne – mgr Andrzej Stolarz

4. Praca w podgrupach na aparacie SKOL-AS – przykłady ćwiczeń: odcinek lędźwiowy, pozycja siedząca.

18:45 Zakończenie II dnia szkolenia

III dzień
9:00-16:00

9:00-10:30

Dyskusja moderowana – dr hab. prof. ndzw. Andrzej Suchanowski

1. Uwarunkowania funkcjonalne utrzymywania pozycji siedzącej i stojącej oraz ruchów w tych pozycjach.

a) neuroregulacja pozycji siedzącej i stojącej,

b) prawidłowości i nieprawidłowości biomechaniczne, utrzymywanie równowagi, lokomocja.

2. Specyfika metodyki korekcji SKOL-AS w pozycji siedzącej i stojącej oraz w chodzie i w biegu.

10:30-10:45 Przerwa kawowa

10:45-14:00

Zajęcia praktyczne – mgr Andrzej Stolarz

1. Praca w podgrupach na aparacie SKOL-AS – przykłady ćwiczeń: skrzywienia dwułukowe - pozycja leżąca

2. Praca w podgrupach na aparacie SKOL-AS – przykłady ćwiczeń: skrzywienia dwułukowe - pozycja siedząca.

14:00-14:40 Lunch

14:40-16:00

3. Sprawdzenie teoretyczne i praktyczne ze znajomości metodyki i aparatury SKOL-AS.

4. Omówienie wyników sprawdzianu, zakończenie szkolenia.

16:00 Zakończenie III dnia szkolenia



Szkolenie „Innowacyjność w korekcji skolioz – metodyka i aparatura SKOL-AS” akredytowane jest przez

Polskie Towarzystwo Fizjoterapii

łącznie liczba godzin lekcyjnych szkolenia: 32