



REHAINTEGRO

PROGRAM KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO

Nazwa realizatora kształcenia ustawicznego: Rehaintegro sp. z o.o. sp. k.

Adres siedziby: ul. Macieja Palacza 111B/12, 60-273 Poznań

Nr telefonu: 881 439 678, **adres e-mail:** kursy@rehaintegro.pl

NIP: 7792482170 **REGON:** 369475154

Dokument, na podstawie którego instytucja prowadzi pozaszkolne formy kształcenia:

Wpis do BUR – identyfikator 8530

Wpis do KRS, Numer KRS: 0000718572

PKD:

85, 41, Z, SZKOŁY POLICEALNE

7 85, 42, B, SZKOŁY WYŻSZE

8 85, 59, B, POZOSTAŁE POZASZKOLNE FORMY EDUKACJI, GDZIE INDZIEJ NIESKLASYFIKOWANE

9 85, 60, Z, DZIAŁALNOŚĆ WSPOMAGAJĄCA EDUKACJĘ

Certyfikat jakości usług: S.U.S 2.0

Rodzaj dokumentów potwierdzających ukończenie kształcenia i uzyskanie kwalifikacji:
certyfikat ukończenia kursu wg własnego wzoru

Nazwa usługi w ramach kształcenia ustawicznego: kurs „Podstawy rozwoju dzieci i młodzieży w oparciu o trening funkcjonalny”

Ilość godzin dydaktycznych kształcenia: 19 w tym 4 godziny teorii, 15 godzin praktyki

Cena: 1800 zł netto / jednego uczestnika (tysiąc osiemset złotych netto)

Koszt osobogodziny: 94,74 zł netto (dziewięćdziesiąt cztery złote 74/100)

Wymagania wstępne dla uczestników kształcenia: kurs przeznaczony jest dla: fizjoterapeutów, studentów 3 roku fizjoterapii, terapeutów integracji sensorycznej, lekarzy, instruktorów gimnastyki korekcyjnej, trenerów

Wykaz literatury oraz materiałów dydaktycznych: skrypt autorstwa prowadzącego, rzutnik, flipchart, kozetki, dezynfekcja

Sposób i forma zaliczenia: brak egzaminu, formą zaliczenia szkolenia jest uczestnictwo w przynajmniej 80% szkolenia

Cel edukacyjny: Kurs „Podstawy rozwoju dzieci i młodzieży w oparciu o trening funkcjonalny” przygotowuje do przeprowadzania badania oraz treningu funkcjonalnego u



REHAINTEGRO

dzieci i młodzieży z uwzględnieniem zdolności motorycznych człowieka oraz modeli ich rozwoju w poszczególnych grupach wiekowych.

Nabyte kompetencje: Uczestnik rozróżnia dynamikę i specyfikę rozwoju układu kostnego dzieci i młodzieży. Definiuje metody oceny etapu rozwoju układu kostnego. Uzasadnia znaczenie i konsekwencje czerwonych flag oraz dysfunkcji mięśniowo-szkieletowych na poszczególnych etapach rozwoju dziecka. Uczestnik weryfikuje wyniki badań przedmiotowych z zastosowaniem ustandaryzowanych testów sprawności dziecka. Planuje i przeprowadza bezpieczną rozgrzewkę oraz ćwiczenia wzmacniające stabilność tułowia. Charakteryzuje ćwiczenia siłowe we wzorcach push/pull dla kończyn dolnych i górnych. Ocenia typ postawy na podstawie przeprowadzonego badania. Uczestnik nadzoruje bezpieczeństwo podczas wykonywania ćwiczeń przez dzieci i młodzież. Dzieli się doświadczeniami z życia zawodowego, z zachowaniem zasad etyki zawodowej.

Cel kształcenia:

Uczestnicy poznają definicję wzrostu i dojrzewania. W szczególności dynamikę i specyfikę rozwoju układu kostnego oraz metody oceny etapu, na którym rozwój ten się znajduje. Omówione zostaną czerwone flagi, oraz wybrane dysfunkcje mięśniowo – szkieletowe, które mogą pojawić się na poszczególnych etapach rozwoju dziecka.

Osoby biorące udział zaznajomią się i nauczą bezpiecznego przeprowadzania ustandaryzowanych testów sprawności dziecka, oceny typu postawy i przeprowadzania badania przedmiotowego. Opracowane zostaną podstawowe zdolności motoryczne oraz modele ich rozwoju w różnych grupach wiekowych.

Kursanci dowiedzą się, jak w bezpieczny sposób prowadzić rozgrzewkę, ćwiczenia wzmacniające stabilność tułowia oraz ćwiczenia siłowe we wzorcach push/pull kończyn dolnych i górnych.

Program kształcenia:

Czas: 2 dni.

Program:

Dzień 1.

9:00 – 11.00 Cz. teoretyczna:

- Wzrost i dojrzewanie – definicje, charakterystyka i metody oceny
 - Omówienie krzywej wzrostu z zaznaczeniem okresu PHV (peak high velocity) – tempa przyspieszonego wzrostu
 - Inwazyjne i nieinwazyjne metody oceny rozwoju układu szkieletowego
- Fizjologia – rozwój układu kostnego oraz ścięgien i więzadeł
 - Charakterystyka – wzrost dystalny, a gęstość oraz grubość kości – konsekwencje
 - Chrząstka nasadowa – charakterystyka oraz implikacje kliniczne wynikające z różnic w obrębie nasady kości u dzieci, a osób dorosłych
 - Implikacje kliniczne wynikające z wystąpienia fazy PHV



REHAINTEGRO

- Ścięgna i więzadła – charakterystyka (tempo rozwoju w stosunku do tempa wzrostu kości)
- Bóle wzrostowe vs. Entezopatie
- Charakterystyka bólowa
- Diagnostyka różnicowa
- Czerwone flagi w pediatrii
- Wybrane dysfunkcje mięśniowo – szkieletowe
- Jałowe martwice kości
- SUFE
- Gymnastic Wrist
- Pars Defects
- Złamania w obrębie chrząstki nasadowej

11:00 – 11.15 Przerwa

11:15 – 13.30 Cz. Praktyczna

- Rozgrzewka
- Eurofit test (ocena 9 ćwiczeń) – omówienie, praktyka
- Omówienie siatki centylowej
- Omówienie ćwiczenia (sposób wykonania, metoda pomiaru)
- Praktyka

13.30 – 14.15 Przerwa

14:15 – 17.30 Cz. Praktyczna c.d.

- Ocena postawy
- Omówienie typów postawy: norma, postawa kifo – lordotyczna, flat back, sway back – implikacje kliniczne
- Globalna ocena funkcjonalna
- Badanie zakresu ruchu
- Omówienie modelu LTAD (long – term athlete development)
- Model YPD (youth physical development) w praktyce
- Omówienie podstawowych zdolności motorycznych: siła, moc i szybkość, wytrzymałość
- Wzorce tułowia: anty – zgięcie, anty – wyprost.

Dzień 2.

9:00 – 11:00 Cz. Praktyczna c.d.

- Model YPD (youth physical development) w praktyce c.d.
- Wzorce tułowia: anty – skłon boczny, anty – rotacja.

11:00 – 11:15 Przerwa

11:15 – 13.30 Cz. Praktyczna c.d.

- Model YPD (youth physical development) w praktyce c.d.
- Wzorce push i pull dla kończyn dolnych.

13:30 – 14:15 Przerwa

14:15 – 16:15 Cz. Praktyczna c.d.



REHAINTEGRO

- Model YPD (youth physical development) w praktyce c.d.
 - Wzorce push i pull dla kończyn górnych.
 - Wzorce hip hinge.
 - zasady bezpieczeństwa – w tym wyznaczanie 1RM, długoterminowe korzyści wynikające z treningu siły u dzieci oraz przeciwwskazania względne oraz bezwzględne do ich udziału w tej formie zajęć.
- Podsumowanie

16:15 - 16:30 Zakończenie kursu