

PNF Alaptanfolyam szakmai programja:

1., Bevezetés a PNF világába

PNF filozófiája, PNF Alapelvek, Alapeljárások
FNO gyakorlati alkalmazása a terápiában

2., PNF minták

Nyakminták – Nyak flexió balra, nyak extenzió jobbra, Időzítés
Vállöv-minták
Törzsminták – Törzs előkészítése, törzsminták ülve, ülésből felállás Choping, Lifting
Bilaterális PNF-minták, Medenceminták
Vállöv- és medenceminták kombinációi
Felső- és alsóvégtag minták

3., PNF Technikák

Agonista technikák, Lazító technikák, Antagonista technikák

4., Szőnyegtechnikák

Miért hasznos a szőnyegen dolgozni?
Mozgáskapcsolódások
A terapeuta helyzete
Miért hasznos a fordulás?
Fordulás (Rolling) – Hanyatt fekvésből flexióval, hanyatt fekvésből extenzióval
Hason fekvésből indított aktivitások – Hason fekvésből állásig
Háton fekvésből indított aktivitások – Háton fekvésből különböző véghelyzetig

5., Járáselemzés, Járóiskola

A járás fázisai Perry szerint
A járás elemzés szempontjai, hogyan teszteljük a különböző fázisokat
Járóiskola előkészítése különböző kiinduló helyzetekben
Támaszfázis részei, Lengőfázis részei
Járas facilitálása
Patológias járástípusok

6., Motoros kontroll, motoros tanulás

Mi szükséges a motoros tanuláshoz?
Motoros kontroll stádiumai
Motoros tanulás fázisai, Motoros tanulás modellek

7., Vitálfunkció

Légzés facilitációja
Lehetséges kiinduló helyzetek a légzés facilitációjára
Faciális parézis kezelése
Az orofaciális rész kezelése
Nyelés facilitálása

8., Betegkezelések

Anamnézis, kezelési tervdokumentáció
Betegkezelés
Betegbemutatás és megbeszélés