

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 Chopping, 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