

## Program nauczania

### Manipulacje w FRSc

#### Dzień I

9:00 – 10:30

Wstęp:

- czym charakteryzują się techniki manipulacji,
- wpływ manipulacji na łańcuchy synkinetyczne,
- wskazania i przeciwwskazania do manipulacji,
- bezpieczeństwo i badania diagnostyczne,
- blok traumatyczny i funkcjonalny,
- ruchy sprzężone i niesprzężone kręgosłupa,
- mm. rotatory krótkie, międzykolcowe i międzypoprzeczne jako czujniki kręgosłupa.

10:30 – 11:00

Przygotowanie do zabiegu. Techniki oscylacji kręgosłupa:

- globalne,
- celowane,
- ósemkowe.

11:00 – 11:15

Przerwa

11:15 – 12:00

Ćwiczenia przyspieszenia kąтового do manipulacji kręgosłupa TH

12:00 – 13:00

Manipulacje kręgosłupa piersiowego:

- 1/ wyprostna w leżeniu przodem,
  - 2/ rotacyjna w leżeniu przodem,
- dolne TH i górne L,

– górne TH,

3/ wyprostna w leżeniu tyłem,

4/ zgięciowa w leżeniu tyłem.

13:00 – 14:00

Przerwa

14:00 – 14:45

Manipulacje kręgosłupa piersiowego:

5/ rotacyjna przez kolano,

6/ wyprostna na dwa kolana.

7/ Trakcyjna

14:45 – 16:00

Manipulacje kręgosłupa lędźwiowego i kości krzyżowej:

– Badanie kości krzyżowej,

1/ rotacyjna LS,

2/ kość krzyżowa w stanach przewlekłych,

3/ kość krzyżowa w hiperlordozie,

4/ kości krzyżowa w stanach ostrych

16:00 – 16:15

Przerwa

16:15 – 17:00

Badanie i manipulacja kompleksu L4L5

17:00 – 17:30

Wpływ manipulacji na łańcuchy synkinetyczne – praktyka

17:30 – 18:00

Podsumowanie dnia

## Dzień II

9:00 – 10:30

Powtórka wybranych technik manipulacji

10:30 – 10:45

Przerwa

10:45 – 11:30

Ćwiczenia przyspieszenia kąтового do manipulacji kręgosłupa C

11:30 – 12:30

Manipulacje kręgosłupa szyjnego + I żebro:

- testy diagnostyczne,
- najczęstsze ustawienie kompleksu C0C1C2,
- badanie pierwszego kręgu szyjnego

1/ axis :

- w siedzeniu,
- w leżeniu tyłem,

2/ atlas:

- translacyjnie,
- rotacyjnie,

3/ C0C1:

- dystrakcyjnie,

12:30 - 13:00

Manipulacja przejścia szyjno-piersiowego

13:00 – 14:00

Przerwa

14:00 – 14:30

Manipulacja I żebra

- na siedząco
- w leżeniu przodem
- w leżeniu tyłem

14:30 – 15:15

Ćwiczenia łańcuchowe utrwalające efekty manipulacji

15:15 – 15:30

Wzmacnianie łańcuchów synkinetycznych kluczem do zdrowia pacjenta

15:30 – 15:45

Przerwa

15:45 – 17:15

Powtórka technik

17:15 – 18:00

Przykłady gabinetowe , Q&A

### **Dzień III**

9:00 – 10:00

Powtórka technik i ich wykorzystanie w pracy łańcuchów synkinetycznych

10:00 – 11:00

Manipulacje kończyny górnej, w tym:

- Mobilizacje i manipulacje anty-decentracyjne obręczy barkowej
- Manipulacje szpotawiające stawu łokciowego
- Manipulacje stawów nadgarstka
- Manipulacja stawu kciuka

11:00 – 11:20

Przerwa

11:20 – 13:00

Manipulacje kończyny dolnej, w tym:

- Manipulacja trakcyjna biodra
- Manipulacje rotacyjne stawu kolanowego
- Mobilizacja poprzeczna stawu kolanowego
- Mobilizacja ewersyjno-zgięciowa stawu skokowego
- Mobilizacja tylnego więzozrostu
- Manipulacja trakcyjno-pronacyjna

Manipulacja kości sześciennej

13:00 – 13:45

Przykłady pracy łańcuchów synkinetycznych

13:45 – 14:00

Przerwa

14:00 – 14:30

Powtórka wybranych technik

14:30 – 15:00

Podsumowanie i rozdanie dyplomów.

