

FUNKČNÍ TESTOVÁNÍ A TRÉNINK VE FYZIOTERAPII

Datum konání	Kód akce	Poznámka
19. - 21. 09. 2019	1170	

Typ akce: odborný kurz
Školitel: PhDr. Petra Vondrašová, Ph.D., fyzio P
Určeno pro: fyzioterapeuty, lékaře, trenéry
Místo konání: fyzio P, Klatovy
Začátek-konec: čt 8.30 - 17.00, pá 8.30 - 17.00, so 8.30 - 17.00
Rozsah: 32 výukových hodin
Cena: 5100,- Kč

Obsah:

Kurz je zaměřený na funkční testování a trénink funkčního celku **krční páteře Cp, horní končetiny HK, bederní páteře Lp, pánve a dolní končetiny DK**. **Funkční testování** je jednoduchý způsob vyšetření pohybu segmentu jako komplexního děje souhry agonistů a antagonistů provést změnu pozice segmentu a stabilizovat tělo ve všech osách. Funkční celek se netestuje analyticky do segmentu, ale **hodnotí se kvalita a kvantita provedené funkce**-celkového pohybu segmentu. **Funkční trénink** FT je pak trénink specifického dysfunkčního pohybu (nikoliv jednotlivých svalů), který je pro jednotlivce důležitý v denním životě, zahrnuje pohyby, které jsou pro jedince specifické z pohledu mechaniky, koordinace a energie. FT se orientuje na řešení problému, využívá principů **koaktivace, neuromuskulární reaktivity a stabilní nebo nestabilní distální opory**. Důležitá je aktivní spolupráce pacienta, a tak by se měl FT stát nedílnou součástí každé terapie. FT se hojně používá jako **sportovní příprava a prevence zranění a přetížení**.

Teoretická část: funkční anatomie a kineziologie Cp, HK, Lp, pánve a DK; mechanismy motorické kontroly; vliv stresového podnětu; stabilita – stabilizace segmentu; optimální funkce segmentů; neurofyzilogická podstata a příčiny chronických bolestí a poruch funkce + kazuistiky; bolesti hlavy; whiplash syndrom; impingement syndrom; tenisový loket, syndrom karpálního tunelu; poporodní bolesti pánve; pseudoradikulární syndrom; SI syndrom atd.

Praktická část:

- funkční testování Cp, HK, Lp, pánve a DK
- testy neuromuskulární kontroly; tracking – repositioning; specifické testy
- funkční trénink – principy, účinek, příklady a ukázky, doporučení
- varianty - funkční silový trénink; trénink specifického úkolu

Kontakt: tel.: 734 104 683; email: kurzy@fyzioP.cz

Přihlášky: [elektronická přihláška](#)

