

PROGRAMMA MASTER
"POSTURA E SALA ATTREZZI"

GIORNO 1:

ore 9.00: presentazione ed introduzione al corso.

ore 9.30: Definizione di postura; postura statica e postura dinamica.

L'attività tonico posturale; le fibre muscolari toniche e fasiche; le sincinesie muscolari.

ore 11.30: La valutazione posturale; esame obiettivo; valutazione globale.
protocollo di lavoro e tests:

ore 13.00: Pausa pranzo

Ore 14.00: I recettori propriocettivi e sensitivi infra-spinali e sovra-spinali.

ore 16.00: Importanza delle curve della colonna nel mantenimento della postura e nel dispendio energetico

ore 17.00: esercizi pratici per l'applicazione delle nozioni apprese.

GIORNO 2:

ore 9.00: Revisione e discussione degli argomenti trattati

ore 9.30: La forza di gravità in rapporto all'uomo; Le linee di forza; anteriore, centrale, posteriore, antero-posteriore e postero-anteriore.

ore 11.30: Importanza del sistema respiratorio e circolatorio.

ore 13:00: pausa pranzo

ore 14.00: esercitazione pratica ed applicazione delle nozioni apprese; simulazione di casi clinici; trattamenti delle più frequenti patologie che si presentano in sala attrezzi