

*Załącznik nr 1
do Zaproszenia ofertowego nr 15/2025 /
do umowy nr.....*

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA

Część 2 – PNF kurs podstawowy

Przedmiot zamówienia:

Przedmiotem zamówienia jest przeprowadzenie szkolenia dla personelu ambulatoryjnej, dziennej i stacjonarnej opieki rehabilitacyjnej Samodzielnego Publicznego Zespołu Opieki Zdrowotnej w Hrubieszowie w zakresie „PNF kurs podstawowy”

Wymagania szczegółowe:

1. Szkolenie obejmować ma 100 godzin dydaktycznych . Przez 1 godzinę dydaktyczną rozumie się 45 minut zegarowych)
2. Szkolenie odbywać się będzie w siedzibie Zamawiającego przy ul. Piłsudskiego 11, 22-500 Hrubieszów.
3. Szkolenie odbywać się będzie w systemie stacjonarnym i terminach uzgodnionych z Zamawiającym
4. Szkoleniem objętych zostanie: 16 pracowników Zamawiającego

Program szkolenia powinien zawierać następujące elementy:

1. Wprowadzenie do koncepcji PNF – definicja, historia, filozofia. Zasady główne koncepcji PNF, sumowanie bodźców. Praktyczne przykłady zastosowania.
2. Wzorce łopatki i miednicy – Elew. Ant.- Depr. Post. Wzorce ruchowe łopatki i miednicy z uwzględnieniem zasad głównych – Elew. Post. Depr. Ant. Kombinacje wzorców łopatki i miednicy z uwzględnieniem filozofii i zasad głównych
3. Różne sposoby nauczania ruchu.
4. Techniki w PNF – Rytmiczne pobudzanie ruchu, Kombinacja skurczów izotonicznych. Powtórzenie wzorców łopatki i miednicy z wykorzystaniem technik. Stadia kontroli motorycznej
5. Pracy na macie. Obroty z wykorzystaniem wzorców łopatki i miednicy. rozwinięcie pracy z wykorzystaniem techniki Kombinacja skurczów izotonicznych. Rozwinięcie pracy w leżeniu tyłem (rotacja dla dolnego tułowia, mostek, przejście do siadu prostego).

6. Facilitacja zmian pozycji: leżenie przodem – stanie z uwzględnieniem faz kontroli motorycznej.
Technika – Stabilizacja Zwrotna.
7. Badanie pacjenta i planowanie terapii w PNF, ICF
8. Wzorce ruchowe
9. Techniki mobilizacyjne: Hold-Relax .
10. Wprowadzenie do chodu. Facilitacja chodu z wykorzystaniem technik. Stanie obunóż równoległe, w wykroku, przenoszenie ciężaru ciała, stanie jednonóż, chód w przód. Chód tyłem, chód bokiem, kroki obronne.
11. Aktywności w pozycji siedzącej – korekcja tułowia, głowy, stóp. Wzorce ruchowe głowy i szyi.
12. Dynamiczne wzorce dla tułowia
13. Rozwinięcie wzorców ruchowych kkg ze zgięciem i wyprostem stawu łokciowego.
14. Funkcje wegetatywne – oddychanie. Facilitacja oddychania w różnych zespołach chorobowych. Technika: Hold-Relax – powtórzenie, przykłady praktyczne.
15. Rozwinięcie wzorców ruchowych kończyn dolnych ze zgięciem i wyprostem stawu kolanowego. Powtórzenie technik: Rytmiczne Pobudzanie Ruchu, Dynamiczna Zwrotność Ciągła, Kombinacja Skórczów Izotonicznych, Technika: Contact-Relax.
16. Techniki stabilizacyjne – Rytmiczna stabilizacja, różnicowanie technik. Wzorce ruchowe w różnych poz. wyjściowych – facilitacja czołgania, czworakowania
17. Stretch inicjalny, restretch – teoria i praktyka.
18. Stymulacja zamykania ust, krtani, akt przełykania. karty badania i terapii.
19. Wzorce bilateralne symetryczne, asymetryczne. Kombinacje technik. Zadania praktyczne dla grupy.
20. System szkolenia w koncepcji PNF.
21. Praca w pacjentami pokazowymi zaproszonymi na kurs.