

## PNF Napredni tečaj (PNF 3A/B) Program

Gordana Pošćić PT, IPNFA Advanced Instructor

### Day 1 Trup

09.00 - 09.30	Uvod, izmjena iskustva
09.30 - 10.30	Ponavljjanje PNF principa, procedura i evaluacija
10.30 - 10.45	Pauza
10.45 - 11.15	Ponavljjanje uzoraka lopatice i zdjelice /funkcija u stabilnosti i mobilnosti trupa u različitim položajima
12.00 - 13.00	Uzorci vrata i rješavanje problema
13.00 - 14.00	Pauza za ručak
13.45 - 15.30	Ponavljjanje tehnika SR; RS, COI, Grupni rad na problemima aktivnosti i njihovim uzrocima
15.30 - 15.45	Pauza
15.45 - 16.00	Evaluacija i njeno značenje
16.00 - 17.30	<b><u>Demonstracija pacijenta</u></b>

### Day 2 Arm

08.30 - 09.30	Naglašeno gibanje
09.30 - 10.00	Ponavljjanje tehnika HR, CR, COI,
10.00 - 10.15	Pauza
10.15 - 12.45	Rješavanje problema ruke
12.45 - 13.45	Pauza za ručak
14.00 - 15.00	Thrust uzorci
15.00 - 15.30	Tehnika- Re-stretch na početku OP
15.30 - 15.45	Pauza
15.45 - 17.30	<b><u>Treatment pacijenata, diskusija</u></b>

Rad s pacijentima: / 2 FT-1 Pacijent /anamneza i osnovna evaluacija zajedno, testovi aktivnosti i struktura zajedno, **svaki polaznik 20-25 min tretmana na individualnoj hipotezi** ,završni test zajedno

### Day 3 Leg/ Gait

08.30 - 09.30	Ponavljjanje uzoraka noge i tehnika
09.30 - 10.00	Tehnika: Re- stretch u toku pokreta
10.00 - 10.15	Pauza
10.15 - 12.45	Rješavanje problema nogu
12.45 - 13.45	Pauza za ručak
14.00 - 15.30	Ponavljjanje hoda i faza hoda / analiza problema/ stepenice
15.30 - 15.45	Pauza
15.45 - 16.00	Evaluacija i plan tretmana
16.00 - 17.00	<b><u>Treatment pacijenata, diskusija</u></b>
17.00 - 17.30	<b><u>Pre test</u></b>

### Day 5 Neuro

08.30 - 10.00	Chopping/ Lifting
10.00 - 10.15	Pauza
10.15 - 11.00	<b><u>Pismeni test</u></b>
11.00 - 12.15	Bol/ disanje/ primjena
12.15 - 13.15	Pauza za ručak
13.15 - 15.30	CNS lezije/ <u>primjer tretmana</u> Hemipareze
15.30 - 15.45	Pauza
15.45 - 16.00	Evaluacija i plan tretmana
16.00 - 17.30	<b><u>Treatment pacijenata, diskusija</u></b>

### Day 5 Varie

08.30 - 09.00	Tretman facijalisa
09.00 - 10.15	Završna pisana evaluacija i tretman pacijenta / feed back pacijenata
10.15 - 10.15	Pauza
10.15 - 13.15	<b><u>Praktično testiranje (20 min/osoba)</u></b>
13.15 - 13.45	Pauza za ručak
13.45 - end	<b><u>Nastavak praktičnog testiranja</u></b>

Program se može prema potrebi promijeniti