Kinetic Control: Kręgosłup szyjny, bark
Prowadzący: mgr Szymon Gryckiewicz, dr Michał Hadała

Kinetic Control: Kręgosłup szyjny i bark
Łączny wymiar: 21 godzin

1. Zaburzenia motoryczne

- Wpływ zaburzeń motorycznych na funkcję i dolegliwości odcinka szyjnego i obręczy barkowej.
- Rola identyfikacji i klasyfikacji niekontrolowanego ruchu (UNC) – podgrupy pacjentów.
- Ocena statyczna oraz trening odtwarzania pozycji neutralnej odcinka szyjnego i obręczy barkowej (indywidualizacja).
- Testy motoryczne dla obręczy barkowej – różnicowanie stawu barkowego i łopatki.
- Testy motoryczne dla odcinka szyjnego – zgięcie, wyprost, rotacja, zgięcie boczne, translacja.
- Integracja do funkcji – zastosowanie praktyczne w pozycjach funkcjonalnych.
- Plastrowanie wspomagające reedukację i kontrolę motoryczną.

2: Efektywność mięśniowa

Odcinek szyjny:

- Funkcja i rola mięśni w stabilizacji i kontroli ruchu szyi.
- Kontrola translacji – diagnostyka, ocena i terapia: stabilizacja vs pozycja neutralna (PBU).
- Kontrola zakresu ruchu – diagnostyka, ocena i trening aktywacyjny.
- Kontrola elongacji mięśni wielostawowych – ocena i terapia.
- Plastrowanie i taping sztywny w dysfunkcjach ruchu szyi.
- Rozumowanie kliniczne zaburzeń odcinka szyjnego.
- Integracja – zastosowanie praktyczne w funkcji.

Obręcz barkowa:

- Funkcjonalna anatomia stawu ramiennego i połączenia łopatki z kręgosłupem piersiowym.
- Kontrola translacji i pozycji neutralnej łopatki – rola mięśnia czworobocznego i zębatego przedniego, mięsień podłopatkowy i stożek rotatorów.
- Plastrowanie i taping sztywny w zaburzeniach ruchu łopatki i stawu ramiennego.
- Integracja – praktyczne zastosowanie w terapii funkcjonalnej.

Lp.	Przedmiot / temat	Prowadzący	Termin	Od godziny	Do godziny	Czas trwania (h)
1	Wprowadzenie do koncepcji Kinetic Control i zaburzeń motorycznych	Szymon Gryckiewicz	08-05-2026	09:00	09:45	00:45
2	Wpływ zaburzeń motorycznych na funkcję i dolegliwości odcinka szyjnego i barku	Szymon Gryckiewicz	08-05-2026	09:45	11:00	01:15
3	**PRZERWA KAWOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**08-05-2026**	**11:00**	**11:15**	**00:15**
4	Identyfikacja i klasyfikacja niekontrolowanego ruchu (UNC) – podgrupy pacjentów	Szymon Gryckiewicz	08-05-2026	11:15	13:15	02:00
5	**PRZERWA OBIADOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**08-05-2026**	**13:15**	**14:15**	**01:00**
6	Ocena statyki oraz trening pozycji neutralnej odcinka szyjnego i obręczy barkowej	Szymon Gryckiewicz	08-05-2026	14:15	15:30	01:15
7	**PRZERWA KAWOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**08-05-2026**	**15:30**	**15:45**	**00:15**
8	Testy motoryczne dla obręczy barkowej (staw barkowy vs łopatka)	Szymon Gryckiewicz	08-05-2026	15:45	17:30	01:45
9	Testy motoryczne dla odcinka szyjnego (zgięcie, wyprost, rotacja, zgięcie boczne, translacja)	Szymon Gryckiewicz	09-05-2026	09:00	11:00	02:00
10	**PRZERWA KAWOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**09-05-2026**	**11:00**	**11:15**	**00:15**
11	Integracja do funkcji + plastrowanie wspomagające kontrolę motoryczną	Szymon Gryckiewicz	09-05-2026	11:15	13:15	02:00
12	**PRZERWA OBIADOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**09-05-2026**	**13:15**	**14:15**	**01:00**
13	Anatomia funkcjonalna mięśni odcinka szyjnego i obręczy barkowej	Szymon Gryckiewicz	09-05-2026	14:15	15:30	01:15
14	**PRZERWA KAWOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**09-05-2026**	**15:30**	**15:45**	**00:15**
15	Kontrola translacji - diagnostyka, ocena i terapia (PBU)	Szymon Gryckiewicz	09-05-2026	15:45	16:45	01:00
16	Kontrola zakresu ruchu - diagnostyka, ocena i terapia (trening i aktywacja mięni)	Szymon Gryckiewicz	09-05-2026	16:45	17:30	00:45
17	Kontrola zakresu ruchu - diagnostyka, ocena i terapia (trening i aktywacja mięśni)	Szymon Gryckiewicz	10-05-2026	09:00	10:15	01:15
18	Kontrola elongacji mięśni wielostawowych – ocena i terapia	Szymon Gryckiewicz	10-05-2026	10:15	11:00	00:45
19	**PRZERWA KAWOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**10-05-2026**	**11:00**	**11:15**	**00:15**
20	Kontrola elongacji mięśni wielostawowych – ocena i terapia	Szymon Gryckiewicz	10-05-2026	11:15	12:30	01:15
21	Kontrola translacji i pozycji neutralnej łopatki: mięsień czworoboczny i zębaty przedni, mięsień podłopatkowy i stożek rotatorów	Szymon Gryckiewicz	10-05-2026	12:30	13:15	00:45
22	**PRZERWA OBIADOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**10-05-2026**	**13:15**	**14:15**	**01:00**
23	Plastrowanie i taping w zaburzeniach ruchu łopatki i stawu ramiennego	Szymon Gryckiewicz	10-05-2026	14:15	15:30	01:15
24	**PRZERWA KAWOWA**	**Szymon Gryckiewicz**	**10-05-2026**	**15:30**	**15:45**	**00:15**
25	Integracja praktyczna – zastosowanie Kinetic Control w terapii funkcjonalnej	Szymon Gryckiewicz	10-05-2026	15:45	17:30	01:45

Suma: 25,5 godziny (4,5h przerwy)

Suma godzin dydaktycznych: 21 godzin