

TYDZIEŃ 1

Dzień 1

11:00 – 13:30; 14:00 – 19:00

- Powitanie
- Cele kursu
- Wprowadzenie do koncepcji Maitland
- ICF- terminologia i jej znaczenie dla badania i planowania terapii
- Anatomia powierzchowna
- Zakresy ruchów kręgosłupa
- Zasady wstępne badania subiektywnego (C/O)
- Gra stawowa w piersiowym i lędźwiowym odcinku kręgosłupa
- Omówienie pierwszego dnia kursu

Dzień 2

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Pytania do dnia pierwszego
- Kontynuacja zasad wstępnych badania subiektywnego (C/O)
- Zasady badania manualnego (P/E)
Przerwa obiadowa
- Stopnie ruchu biernego
- Badanie subiektywne kręgosłupa lędźwiowego
(C/O Lx)
- Badanie manualne kręgosłupa lędźwiowego (P/E Lx) - sprawdzenie, testy aktywne



Dzień 3

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Pytania do dnia drugiego
 - Badanie manualne kręgosłupa lędźwiowego (P/E Lx)
 - Zapis symbolami,
 - Test
 - Badanie neurologiczne
 - Wprowadzenie do neurodynamiki
- Przerwa obiadowa*
- Kontynuacja podstawowych testów neurodynamicznych (kończyna dolna) (SLR, PKB, Slump)
 - Palpacja, P/E, gra stawowa w Lx
 - Przedstawienie diagramu ruchu
 - Zasady autoterapii Lx (może być przesunięte na tydzień 2) (dodatkowo Lx podczas 2, 3 i 4 tygodnia)

Dzień 4

09:00 – 12:30; 13:30 – 15:00; 15:15 – 18:00

- Pytania do dnia trzeciego
 - Badanie subiektywne biodra
 - Badanie manualne biodra
 - Analiza chodu
 - Testy aktywne w siadzie, staniu i leżeniu
- Przerwa obiadowa*
- Demonstracja pacjenta
 - Kontynuacja P/E biodro
 - Testy bierne i diagram ruchu
 - Postępy terapii
 - Biodro autoterapia

- Wprowadzenie do uzasadniania klinicznego – myślenie kierowane hipotezą, hipotezy – kategorie

Dzień 5

09:00 – 13:00

- Pytania do dnia czwartego
- Badanie subiektywne (C/O) kręgosłupa szyjnego
- Badanie neurologiczne kończyny górnej
- Testy neurodynamiczne: ULNT1
- Kontynuacja badania manualnego kręgosłupa szyjnego (P/E) Cx:
 - Palpacja i ruchy dodatkowe
- Omówienie pierwszego tygodnia – przełożenie wiedzy na zastosowania kliniczne, wskazówki do wykonywania technik
- Koniec pierwszego tygodnia

TYDZIEŃ 2

Dzień 6

11:00 – 13:30; 14:00 – 19:00

- Metoda Maitland i uzasadnianie kliniczne (myślenie kierowane hipotezami)
- Kategorie Używania, obciążenie i stabilność jako czynniki współuczestniczące
- C/O obręczy barkowej
- P/E obręczy barkowej
 - Oglądanie
 - Ruchy czynne
 - Diagram ruchu
 - Gra stawowa

Dzień 7

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Kontynuacja P/E obręczy barkowej



- Gra stawowa
- Kwadrant obręczy barkowej i pozycja zaryglowana
- Progresja w leczeniu barku
- Autoterapia barku
- Przerwa obiadowa*
- Dodatkowe Cx:
 - Gra stawowa O-C2
 - Technika AP C2 – C7
- Dodatkowe Lx: PPIVM's
- Terapia: rotacje Lx
- Trakcja kręgosłupa
- Wzorce kliniczne Lx

Dzień 8

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:30 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca grupowa, przygotowanie do pracy z pacjentem
- 10:30 – 12:00 Grupa B: praca z pacjentem; Grupa A: praca grupowa, przygotowanie do pracy z pacjentem
- Omówienie pracy z pacjentem
- Przerwa obiadowa*
- Dodatkowe Cx
 - PPIVMs C2-C7
 - PPIVMs C7-T4
 - Progresja terapii ruchami biernymi kręgosłupa szyjnego
 - Terapeutyczne techniki rotacyjne dla Cx
 - Autoterapia Cx

Dzień 9

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:00 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca grupowa, przygotowanie do pracy z pacjentem
- 10:00 – 11:00 Grupa B: praca z pacjentem; Grupa A: praca grupowa, przygotowanie do pracy z pacjentem
- Badanie subiektywne Tx
Przerwa obiadowa
- Badanie manualne Tx
 - Oglądanie
 - Testy czynne, testy „na w razie czego”
 - Testy bierne: palpacja, gra stawowa, PPIVMs

Dzień 10

09:00 – 13:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:00 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca grupowa, przygotowanie do pracy z pacjentem
- 10:00 – 11:00 Grupa B: praca z pacjentem; Grupa A: praca grupowa, przygotowanie do pracy z pacjentem
- Kontynuacja badania manualnego Tx
- Autoterapia Tx
- Powtórzenie, omówienie drugiego tygodnia
- Koniec drugiego tygodnia

TYDZIEŃ 3

Dzień 11

11:00 – 13:00; 14:00 – 20:00

- Powtórzenie

- Demonstracja pacjenta – instruktor
- Powtórzenie rotacji w kręgosłupie lędźwiowym (Rx)
- Techniki do terapii kręgosłupa szyjnego LF
- Wprowadzenie do neurofizjologicznych mechanizmów bólu

Dzień 12

09:00 – 12:30; 13:30 – 19:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:30 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- 10:30 – 12:00 Grupa B: praca z pacjentem ; Grupa A: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- Omówienie pracy z pacjentem, dodatkowe protokoły ćwiczeń
Przerwa obiadowa
- Demonstracja pracy z pacjentem przez instruktora (kontynuacja z dnia 11)
- Badanie subiektywne SIJ
- Badanie manualne SIJ
- Terapia i autoterapia SIJ

Dzień 13

09:00 – 12:30; 13:30 – 19:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:00 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- 10:00 – 11:00 Grupa B: praca z pacjentem ; Grupa A: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- Powtórzenie kwadrantu i pozycji zaryglowanej dla barku
Przerwa obiadowa
- Badanie subiektywne kolana
- Badanie manualne kolana

- Praktyka, powtórzenie

Dzień 14

09:00 – 12:30; 13:30 – 19:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:00 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- 10:00 – 11:00 Grupa B: praca z pacjentem ; Grupa A: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- Terapia i autoterapia kolana
Przerwa obiadowa
- Demonstracja pracy z pacjentem przez instruktora (kontynuacja z dnia 11 + 12)
- Badanie subiektywne stopy
- Badanie manualne stopy

Dzień 15

09:00 – 13:00

- Terapia i auto terapia stopy
- Omówienie trzeciego tygodnia – przełożenie wiedzy na zastosowania kliniczne, wskazówki do wykonywania technik
- Koniec trzeciego tygodnia

TYDZIEŃ 4

Dzień 16

11:00 – 13:00; 14:00 – 19:00

- Powtórzenie
- Demonstracja pacjenta – instruktor
- Rola Metody Maitland w medycynie i rehabilitacji
- Testy różnicowe

- Powtórzenie palpacji kręgosłupa i diagramu ruchu

Dzień 17

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Badanie subiektywne stawu łokciowego
- Badanie manualne stawu łokciowego
- Terapia i autoterapia stawu łokciowego
- Przerwa obiadowa*
- Omówienie pracy z pacjentem, dodatkowe protokoły ćwiczeń
- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 15:00 – 16:30 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- 16:30 – 18:00 Grupa B: praca z pacjentem ; Grupa A: praca w grupie, przygotowanie, praktyka

Dzień 18

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:00 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- 10:00 – 11:00 Grupa B: praca z pacjentem ; Grupa A: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- Kontynuacja staw łokciowy
- Przerwa obiadowa*
- Badanie subiektywne TMJ
- Badanie manualne TMJ
- Postępy terapii i autoterapii TMJ
- Powtórzenie PPIVMs
- Nowe: PPIVMs O – C2
- Uzasadnianie kliniczne: Wzorce kliniczne kręgosłup szyjny

Dzień 19

09:00 – 12:30; 13:30 – 18:00

- Przygotowanie do pracy z pacjentami
- 09:00 – 10:00 Grupa A: praca z pacjentem; Grupa B: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- 10:00 – 11:00 Grupa B: praca z pacjentem ; Grupa A: praca w grupie, przygotowanie, praktyka
- Badanie subiektywne dłoni
Przerwa obiadowa
- Demonstracja pacjenta – instruktor (kontynuacja)
- Badanie manualne dłoni
- Terapia i autoterapia dłoni
- Ćwiczenia z uzasadniania klinicznego
- Egzamin z poziomu pierwszego

Dzień 20

09:00 – 13:00

- Techniki – wskazówki instruktora
- Ćwiczenia z uzasadniania klinicznego
- Powtórzenie
- Koniec czwartego tygodnia