

Športová fyzioterapia - prevencia zranení a bezpečný návrat športovca do záťaže

Časový rozsah: 7 hodín | Forma: prezenčný odborný seminár

Stručný obsah vzdelávania

Seminár je zameraný na praktické princípy športovej fyzioterapie, prevenciu športových zranení a bezpečný návrat športovca do tréningového a súťažného procesu.

Obsah zahŕňa základné princípy funkčného vyšetrenia športovca, identifikáciu rizikových faktorov vzniku a recidívy zranení, plánovanie jednotlivých fáz rehabilitácie, progresiu zaťaženia a princípy rozhodovania pri návrate do športovej aktivity.

Praktická časť bude zameraná na ukážky vybraných funkčných testov, rehabilitačných a preventívnych cvičení a ich modifikáciu podľa fázy rehabilitácie a individuálnych potrieb športovca.

Cieľová skupina

Fyzioterapeuti, tréneri, kondiční tréneri a ďalší odborníci pôsobiaci v oblasti športu, rehabilitácie a pohybovej prípravy v rozsahu svojich odborných kompetencií.

Profil absolventa

- pozná základné princípy prevencie športových zranení
- rozumie významu funkčného vyšetrenia a sledovania športovca
- pozná princípy postupného zvyšovania záťaže počas rehabilitácie
- dokáže identifikovať základné rizikové faktory opakovaného zranenia
- rozumie princípom funkčného testovania pred návratom do športu
- dokáže získané poznatky aplikovať v rozsahu svojich odborných kompetencií

Metódy vzdelávania

Odborný výklad, prezentácia, názorná demonštrácia, praktický nácvik, práca vo dvojiciach alebo malých skupinách, riešenie modelových prípadov a odborná diskusia.

Priebežné a záverečné hodnotenie

Priebežné overovanie porozumenia počas seminára, pozorovanie praktického nácviku lektorom a riešenie modelového prípadu. Na záver bude realizované krátke overenie získaných vedomostí a praktických princípov.

Personálne zabezpečenie

Mgr. Lenka Skaličanová, Mgr. Miriama Čerňanská

II. stupeň VŠ vzdelania v odbore fyzioterapia, špecializácia v odbore fyzioterapia v športe a telovýchove. Viac ako 10 rokov praxe v práci s vrcholovými športovcami.