

**'Functionele bewegingsketens van de wervelkolom, bekken en benen'**

**Programma**

Docenten: Hein Halfschepel en Casper Vos

---

**Dagdeel 1 13:00 – 17:00**

**Vorbereiding cursus**

In de voorbereiding op dagdeel 1 dienen de deelnemers vier patiënten te observeren tijdens de uitvoering van een dagelijkse activiteit, bij voorkeur met klachten in de wervelkolom, het bekken en/of de benen. 240 min

---

**Inleiding**

De docenten en deelnemers maken kennis met elkaar, de inhoud van de cursus wordt toegelicht en de deelnemers bepalen individuele leerdoelen. 15 min

**Video-analyse bewegingsketens**

Er wordt een video vertoond van een patiënt waarbij een verstoring waarneembaar is in de bewegingsketen van de wervelkolom, bekken en benen. De deelnemers noteren hun observaties. 15 min

**Bespreken huiswerkopdrachten (video-analyse)**

Het ingestuurde beeldmateriaal dat in de voorbereidende observatieopdracht is gemaakt wordt geanalyseerd. Er wordt een analyse gemaakt van oorzaak en gevolg in de bewegingsketen. 60 min

**Eigen vaardigheden**

Door middel van proprioceptie en observatie van collega-deelnemers ervaren de deelnemers hoe de bewegingsketens van de wervelkolom, bekken en benen werken. Alsmede wat een verstoring voor invloed heeft op het verloop van de bewegingsketen. Zelf ervaren en opslaan in de motorisch cortex dragen bij aan het begrip en het vermogen de geleerde stof over te brengen op de patiënt. 60 min

### Onderling observeren

Er worden onderling verschillende dagelijkse activiteiten geobserveerd en geprobeerd een patroon te ontdekken in de bewegingsketen 80 min

### Plenaire afronding

Vragen, discussie en uitleg huiswerkopdracht voor dagdeel 2: Zie bijlage 'Huiswerkopdracht' 10 min

---

## Dagdeel 2 13:00 – 17:00

### Huiswerkopdracht

In de huiswerkopdracht dienen de deelnemers bij tien patiënten op basis van een observatie en analyse een correctie aan te bieden in de bewegingsketen tijdens de uitvoering van een dagelijkse activiteit, bij voorkeur met klachten in de wervelkolom, het bekken en/of de benen. 360 min

---

### Inleiding

Inleiding dagdeel 2, ruimte om vragen te stellen 5 min

### Bespreken huiswerkopdrachten

De ingestuurde video's worden plenair geanalyseerd. Oorzaak en gevolg worden gezocht en de correctie van de bewegingsketen wordt besproken. 90 min

### Bewegingsketens testen op verstoring en functionaliteit

Schakels in bewegingsketens zijn zowel afzonderlijk als in de gehele keten te testen op verstoring en functionaliteit door middel van palpatie en testen. Deze testen worden uitgevoerd in dagelijkse praktische handelingen (trekken, duwen en tillen etc.) waarbij wordt gecontroleerd of alle schakels van de bewegingsketen goed samenwerken. 45 min

### **Het reconditioneren van de bewegingsketens van de wervelkolom, bekken en benen in dagelijkse activiteiten**

De deelnemers gaan zelf aan de slag met de tot nu toe geleerde vaardigheden. In 5 rondes van 20 minuten zullen de deelnemers in 2-tallen alle stappen van de functionele bewegingsketens van de wervelkolom, bekken en benen bij elkaar observeren, analyseren, corrigeren en testen. Elke ronde vindt plaats in een andere context, een andere praktische dagelijkse activiteit. (zie bijlage – Activiteitenronde)

90 min

### **Plenaire discussie – afronding**

Openstaande vragen worden beantwoord en er is ruimte voor discussie.

15 min