DNS Basiscursus A

**Overzicht**

Dynamische neuromusculaire stabilisatie (DNS) is een nieuwe kijk op revalidatie, waarbij elke component van het gehele bewegingssysteem als geheel wordt behandeld om de juiste balans en controle te herstellen. Elk van deze componenten wordt bestuurd door het centrale zenuwstelsel (CZS) - de centrale focus van DNS. Het concept is grotendeels gebaseerd op het feit dat de mens, in tegenstelling tot veel andere dieren, wordt geboren met een onvolgroeid CZS. Met dit in gedachten, kijkt DNS naar de principes van de ontwikkelingskinesiologie: specifieke, herkenbare motorische patronen die zich in fasen na de geboorte ontwikkelen. Deze patronen van bewegingsontwikkeling worden vertaald naar algemene motorische patronen die we gebruiken in ons volwassen leven en die kunnen worden gebruikt bij klinische beoordeling en behandeling om functionele bewegingen te herstellen en te stabiliseren. Door deze aangeboren bewegingspatronen te activeren, worden de controlecentra van het centrale zenuwstelsel gestimuleerd om de juiste balans te hervinden.

**Cursusomschrijving**

DNS-cursus A is de inleidende basiscursus in de A-D-lessenreeks. Deze cursussen leggen de nadruk op diagnostiek en geven een inleiding tot neurofysiologie, neuroanatomie, spierfysiologie en kinesiologie.

**Doelen**

* Je laat zien dat je de basisprincipes van ontwikkelingskinesiologie begrijpt, met de nadruk op de ontwikkeling gedurende het eerste levensjaar.
* Je kan het verband tussen de ontwikkeling gedurende het eerste levensjaar en pathologie van het bewegingssysteem op volwassen leeftijd beschrijven.
* Je begrijpt nieuwe terminologie zoals functionele gewrichtscentralisatie, punctum fixum, punctim mobile, en het geïntegreerde stabilisatiesysteem van de wervelkolom.
* Je begrijpt de basisprincipes van reflex locomotion: bewegingspatronen, stappen, de ondersteunde functie hiervan en stimulatiezones.
* Je kan slechte ademhalingspatronen evalueren en corrigeren.
* Je kan het geïntegreerde stabilisatiesysteem van de wervelkolom evalueren door ernaar te kijken en met behulp van dynamische functionele tests.
* Je kan de basistechnieken voor reflex locomotion uitvoeren, zoals reflex turning 1 & 2 en reflex creeping (beginpositie en verwachte bewegingen, essentiële zones en hun vectoren.)
* Je kan correctieve oefeningen integreren op basis van de DNS-functionele tests en ontwikkelingshoudingen die worden gebruikt in reflex locomotion. Je kan uitleggen hoe DNS-correctieve oefeningen geïntegreerd kunnen worden binnen andere traningsstrategieën.
* Je kan een basistoelichting geven bij klinisch beleid om clinici te helpen de DNS-aanpak beter in hun dagelijkse praktijk te integreren.