



**PROGRAMA FORMATIVO DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA
GIMNASIA DE FACILITACIÓN NEUROMUSCULAR PROPIOCEPTIVA
SANT062PO**

PROGRAMAS DE FORMACIÓN DIRIGIDOS PRIORITARIAMENTE A TRABAJADORES OCUPADOS

Noviembre 2018

PROGRAMA DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA:
GIMNASIA DE FACILITACIÓN NEUROMUSCULAR PROPIOCEPTIVA

DATOS GENERALES DE LA ESPECIALIDAD FORMATIVA

1. Familia Profesional: SANIDAD

Área Profesional: ATENCIÓN SANITARIA

2. Denominación: GIMNASIA DE FACILITACIÓN NEUROMUSCULAR PROPIOCEPTIVA

3. Código: **SANT062PO**

4. Objetivo General: Planificar y poner en práctica planes de entrenamiento usando el método PNF-GYM para la recuperación y/o entrenamiento de la condición física. Usar los movimientos, posiciones y ejercicios propios de la PNF-Kabat para mejorar la resistencia y coordinación.

5. Número de participantes: Según normativa, el número máximo de participantes en modalidad presencial es de 30.

6. Duración:

Horas totales: 40

Modalidad: Presencial

Distribución de horas:

Presencial:..... 40

Teleformación:..... 0

7. Requisitos mínimos de espacios, instalaciones y equipamiento:

7.1 Espacio formativo:

AULA POLIVALENTE:

El aula contará con las instalaciones y equipos de trabajo suficientes para el desarrollo de la acción formativa.

- Superficie: El aula deberá contar con un mínimo de 2m² por alumno.
- Iluminación: luz natural y artificial que cumpla los niveles mínimos preceptivos.
- Ventilación: Climatización apropiada.
- Acondicionamiento eléctrico de acuerdo a las Normas Electrotécnicas de Baja Tensión y otras normas de aplicación.
- Aseos y servicios higiénicos sanitarios en número adecuado.
- Condiciones higiénicas, acústicas y de habitabilidad y seguridad, exigidas por la legislación vigente.
- Adaptabilidad: en el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad dispondrá de las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar la participación en condiciones de igualdad.
- PRL: cumple con los requisitos exigidos en materia de prevención de riesgos laborales

Cada espacio estará equipado con mobiliario docente adecuado al número de alumnos, así mismo constará de las instalaciones y equipos de trabajo suficientes para el desarrollo del curso.

7.2 Equipamientos:

Se contará con todos los medios y materiales necesarios para el correcto desarrollo formativo.

- Pizarra.
- Rotafolios.
- Material de aula.
- Medios audiovisuales.
- Mesa y silla para formador/a.
- Mesas y sillas para alumnos/as.
- Hardware y Software necesarios para la impartición de la formación.
- Conexión a Internet.

Se entregará a los participantes los manuales y el material didáctico necesarios para el adecuado desarrollo de la acción formativa

Las instalaciones y equipamientos deberán cumplir con la normativa industrial e higiénico sanitaria correspondiente y responderán a medidas de accesibilidad universal y seguridad de los participantes. En el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad se realizarán las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar su participación en condiciones de igualdad.

8. Requisitos necesarios para el ejercicio profesional:

(Este epígrafe sólo se cumplimentará si existen requisitos legales para el ejercicio de la profesión)

Diplomado en Fisioterapia, Licenciado INEF. Profesor o Monitor en la disciplina

9. Requisitos oficiales de los centros:

(Este epígrafe sólo se cumplimentará si para la impartición de la formación existe algún requisito de homologación / autorización del centro por parte de otra administración competente.

10. CONTENIDOS FORMATIVOS:

1. FUNDAMENTOS DE NEUROFISIOLOGÍA

1.1. Aportaciones del método Kabat

1.2. Método PNF: Neuromuscular, Propiocepción, Facilitación

1.3. Definiciones las 5 posiciones iniciales

1.4. Las 4 diagonales (2 de extremidades superiores y 2 de extremidades inferiores)

2. PRINCIPIOS BÁSICOS

2.1. Patrones de movimiento

2.2. Resistencia máxima

2.3. Contactos manuales

2.4. Estimulación verbal

2.5. Estimulación visual

2.6. Estímulo de estiramiento

2.7. Estímulo de receptores articulares

2.8. Sincronismo normal

2.9. Posición del fisioterapeuta

3. MOVIMENTOS

3.1. Estiramiento Estático

3.2. Estiramiento Dinámico

3.3. Estiramiento Isométrico

3.4. Spagat Frontal

3.5. Spagat Lateral