

Spis treści

1. Wprowadzenie

1.1. Równowaga ciała człowieka

1.1.1. Aspekt fizyczny i biomechaniczny – siły oddziałujące na ciało człowieka

1.1.2. Funkcjonalne przyczyny zaburzeń równowagi

2. Równowaga ciała dziecka we wczesnym okresie ontogenezy

2.1. Zależność napięcia mięśni i odruchów wyrażona w aktywności dziecka

2.2. Rola czynników zmniejszających stabilność podłoża w terapii dzieci z zaburzeniami ruchowymi

3. Zaburzenie równowagi w wybranych chorobach neurologicznych – charakterystyka funkcjonalna pacjentów

3.1. Pacjent po udarze mózgu

3.2. Pacjent chory na chorobę Parkinsona

3.3. Pacjent chory na stwardnienie rozsiane

3.4. Ćwiczenia poprawiające równowagę w chorobach neurologicznych

3.4.1. Poprawa struktury i funkcji tkanek pacjenta

3.4.2. Stabilizacja oraz zmiana pozycji ciała

3.4.3. Aktywności ciała w zmieniających się warunkach zewnętrznych

4. Zaburzenia równowagi w wybranych jednostkach ortopedycznych

4.1. Pacjent po endoprotezoplastyce stawu biodrowego – charakterystyka funkcjonalna

4.2. Pacjent po endoprotezoplastyce stawu kolanowego – charakterystyka funkcjonalna

4.3. Ćwiczenia równoważne w ortopedii

5. Zaburzenia równowagi w wieku geriatrycznym

5.1. Charakterystyka funkcjonalna pacjenta geriatrycznego

5.2. Ćwiczenia mobilności przygotowujące do ćwiczeń równoważnych u osób starszych

5.3. Ćwiczenia równoważne w pozycji siedzącej

5.4. Ćwiczenia zmiany pozycji ciała

5.5. Ćwiczenia w pozycji stojącej oraz w marszu

5.6. Ćwiczenia habituacyjne

6. Wykorzystanie przyborów i przyrządów do ćwiczeń równoważnych – podstawy metodyki ćwiczeń równoważnych z wykorzystaniem faz nauczania motorycznego

6.1. Ćwiczenia stosowane w fazie kognitywnej

6.2. Ćwiczenia stosowane w fazie asocjacyjnej

6.3. Ćwiczenia stosowane w fazie autonomicznej

Piśmiennictwo