



# ESCUELA NACIONAL DE ENTRENADORES

ENSEÑANZA A DISTANCIA Y ASISTENCIA

## GIMNASIA CORRECTIVA: PROGRAMA

C/ Virgen de Loreto, 4 - 41011 - Sevilla - Tfno: (+34) 955 683 999 - Fax: (+34) 955 682 136  
[www.escuela-nacional.com](http://www.escuela-nacional.com) | Email: [info@bio-natura.net](mailto:info@bio-natura.net)

### PARTE TEÓRICA

- La educación psicomotora y la gimnasia correctiva. El movimiento. La motricidad. La psicomotricidad. La gimnasia correctiva.
- Las alteraciones morfológicas. Las alteraciones psicomotoras. Alteraciones del esquema corporal. Alteraciones en el Reconocimiento de la lateralidad. Alteraciones de la organización espacial y temporal. El tratamiento kinesiterápico. Las actitudes posturales incorrectas. Los paramorfismo. Los dismorfismos. Mecanismos de regulación de la postura.
- Conceptos de fisiología, kinesiología y mecánica articular. Contracciones isométricas e isotónicas. El raquis las vértebras, los discos intervertebrales. Las curvas fisiológicas.
- El examen radiográfico con fines kinesiológicos.
- El examen kinesiológico con fines kinesioterápicos. Examen psicomotor. Examen morfológico en sentido frontal y sagital. El peso corporal, la estatura. La elasticidad costal. La capacidad vital. El índice respiratorio de Demeny. Pruebas de equilibrio.
- La relajación y sus técnicas.
- La educación respiratoria en las alteraciones morfológicas. Aspectos fisiológicos de la respiración. Estructuras anatómico-funcionales. Aparato muscular y mecánica respiratoria. Control nervioso de la respiración. Tipos de respiración. Biomecánica de los movimientos respiratorios. Principios básicos de la kinesiología respiratoria. Toma de conciencia del acto respiratorio. Reeducción y potenciación del componente anatómico y mecánico del aparato respiratorio.
- El asma bronquial. Tratamiento médico. Tratamiento kinesiológico. Las mejores posiciones. El asma bronquial infantil.
- Las deformaciones torácicas.
- La actitud relajada o hábito estético stilleriano.
- La columna cervical. La tortícolis muscular. El acortamiento de cuello. Fracturas y luxaciones de cuello. Paramorfismo del cuello. Cuello de cisne. Nuca biventral. Lordosis cervical. Ejercicio de retracción de cabeza.
- El cinturón escápulo-humeral. Anatomía funcional: la clavícula, la escápula y el húmero. Posiciones y movimientos de los brazos. Alteraciones morfológicas y funcionales del conjunto escápulo-humeral. Tratado kinesioterápico. La técnica correctiva para el cordón escápulo-humeral.
- El raquis dorsal. La cifosis dorsal. Medición de la curva. La actitud cifosis infantil. Cifosis juvenil, osteocondrosis. Tratamiento ortopédico. Tratamiento kinesiológico. La gimnasia correctiva. La actitud cifosis profesional.
- El raquis lumbar. Estática y equilibrio de la pelvis. Métodos para la valoración del equilibrio de la pelvis. La lordosis lumbar. La espondilolisis y espondilolistesis. Tratamiento quirúrgico, ortopédico y kinesiológico. La lordosis en el niño, adolescente y adulto; sus diferentes tratamientos. La gimnasia abdominal. Ejercicios de desbloqueo y movilización.
- La escoliosis. Examen kinesiológico. Medición de las curvas. Clasificación según los grados. Evolución de la escoliosis. Métodos de valoración de la evolución. Indicaciones terapéuticas. Tratamiento kinesioterápico de la escoliosis en menores y adultos. La gimnasia propioceptiva. La reeducación propioceptiva neuromuscular.
- Inversiones de las curvaturas vertebrales. Cifosis angular. Dorso plano. Cifosis lumbar. Aplanamiento lumbar.
- Las raquialgias. Causas. Formas clínicas. Tratamiento quirúrgico, ortopédico y fisioterápico. Manipulaciones, tracciones vertebrales, masoterapia. Tratamiento kinesiológico.
- El miembro inferior. La cadera: estática de la cadera. Malformaciones. Luxación congénita de cadera. La musculatura. El muslo: anomalías del muslo. La pierna: malformaciones de pierna y rodilla. El pie: estática y dinámica del pie. Deformidades del pie.
- El deporte como kinesiterapia. Efectos de algunas disciplinas deportivas. Efectos de la actividad motora. Acción complementaria del deporte.
- La natación en el tratamiento correctivo y rehabilitador.
- La adiposidad infantil esencial. Causas. Diagnóstico. Tratamiento psicoterápico, nutritivo y motor.