



CORSO BASE KINAESTHETICS

Docente: dott.ssa Ft Sara Delpero

PROGRAMMA DETTAGLIATO

Giorno 1

Orario	Argomento	Metodologia	Risultato atteso in termini di conoscenze e/o abilità e comportamenti appresi	Tempo	
				Ore	Min.
9.45	Registrazione Partecipanti				
10.00	Benvenuto e spiegazione dello svolgimento del corso. Presentazione del modello di apprendimento Kinaesthetics. Presentazione dei partecipanti e riflessioni sul tema "qualità di vita" e "qualità assistenziale". Presentazione delle basi di Kinaesthetics (Feed-back Control Theory, qualità del movimento, apprendimento, influenza del movimento sulla propria salute, sostegno di attività quotidiane e loro conseguenze). Definizione del punto dei partecipanti rispetto ai temi proposti.	Lezione frontale Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Lavori a piccoli gruppi Presentazione in plenaria	Conoscenza della modalità assistenziale proposta e delle basi scientifiche sulle quali si è sviluppata. Comprensione del significato di aiutare l'altro come professione. Individuazione e presentazione delle domande, delle aspettative da parte dei partecipanti.	10 15 25 30 20	
11:40	Coffee Break				
11.50	Introduzione al Concetto Interazione (Primo Concetto Kinaesthetics).	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	Comprensione di come la qualità del rapporto assistenziale influisce in modo determinante sulla qualità di vita e della salute di tutte le persone coinvolte nel movimento.	5 15	
12.10	I sensi (primo sottotema nel Concetto Interazione).	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	I partecipanti conoscono e percepiscono il sistema sensoriale cinestetico, il suo significato e il ruolo che svolge rispetto alla salute: informazioni relativamente a tensione muscolare, pressione/peso, collocazione nello spazio. Punto chiave: posso percepire e modificare solo me stesso.	10 50	
13.10	Pausa Pranzo				



14.10	I sensi (continuazione).	Role playing	I partecipanti conoscono e percepiscono il sistema sensoriale cinestetico, il suo significato e il ruolo che svolge rispetto alla salute: informazioni relativamente a tensione muscolare, pressione/peso, collocazione nello spazio. Punto chiave: posso percepire e modificare solo me stesso.	45
14.55	Gli Elementi del movimento (secondo sottotema nel Concetto Interazione): Tempo, Spazio e Sforzo.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	I partecipanti fanno esperienza sui singoli componenti del movimento (tempo, sforzo e spazio) e apprendono come adattarli per svolgere attività in modo adeguato alle persone coinvolte. Punto chiave: imparare a osservare e sentire la reazione propria e dell'altro. Adattare i propri elementi del movimento a quelli dell'altro.	5 50
15.50	Lavoro pratico in aula di Role playing, attività integrative relative a situazioni di lavoro nella quotidianità con la prospettiva "Interazione".	Role playing	Elaborazione di quesiti concreti della quotidianità professionale in relazione ai concetti Kinaesthetics	45
16.35	Coffee Break			
16.45	Le Forme di interazione (terzo sottotema nel Concetto Interazione): Unilaterale, Graduale e Simultanea in comune.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing	I partecipanti apprendono l'importanza di adattare l'interazione alla situazione della persona che assistono; perfezionano la propria sensibilità al tema "guidare e seguire".	5 35 30
17.55	Auto-valutazione scritta del proprio apprendimento sul tema Interazione utilizzando lo strumento "Campi Formativi" nel quaderno di lavoro.	Riflessione individuale Autovalutazione scritta Presentazione riflessioni in plenaria	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	15 10
18.20	Fine			

Giorno 2

Orario	Argomento	Metodologia	Risultato atteso in termini di conoscenze e/o abilità e comportamenti appresi	Tempo	
				Ore	Min.
8.00	Introduzione alla giornata formativa	Lezione frontale		15	
8.15	Introduzione al Concetto Anatomia funzionale.	Lezione frontale	Comprensione delle caratteristiche anatomiche del corpo umano con	5	



		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	attenzione a tutti quegli aspetti percepibili dell'anatomia in movimento.	15
8.35	Ossa e muscoli (primo sottotema del Concetto Anatomia funzionale).	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing	Conoscere strutture anatomiche stabili e instabili nel proprio corpo, sfruttare la propria anatomia e quella altrui per limitare lo sforzo e il sovraccarico fisico. Imparare a guidare il peso.	5 45 30
9.55	Coffee Break			
10.05	Masse e spazi intermedi (secondo sottotema del Concetto Anatomia funzionale).	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing	Imparare a muovere le persone nel rispetto della loro anatomia e non in base a quello che posso osservare solo dall'esterno.	5 45 45
11.40	Orientamento (terzo sottotema del Concetto Anatomia funzionale): orientamento nello spazio e orientamento nel corpo.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	I partecipanti sperimentano il significato di orientarsi nel corpo o nello spazio. Sperimentano come in una attività il percorso del peso e la direzione del movimento possono rappresentare un'offerta di sostegno che rispetta o meno le possibilità individuali della persona assistita. Punto chiave: muoversi orientandosi nel corpo.	5 40
12.25	Pausa pranzo			
13.25	Orientamento (continuazione): orientamento nello spazio e orientamento nel corpo.	Role playing	Muoversi orientandosi nel corpo.	30
13.55	Lavoro pratico in aula di Role playing, attività integrative relative a situazioni di lavoro nella quotidianità con la prospettiva "Anatomia funzionale".	Role playing	Elaborazione di quesiti concreti della quotidianità professionale in relazione ai concetti Kinaesthetics	1
14.55	Coffee Break			
15.05	Orientamento: parte anteriore e posteriore del corpo.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	Imparare a muovere il peso seguendo la struttura anatomica.	5 25
15.35	Auto-valutazione scritta del proprio apprendimento sul tema "Anatomia funzionale" utilizzando lo strumento "Campi formativi" del quaderno di lavoro.	Riflessione individuale Autovalutazione scritta	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	15



15.50	Pianificazione del proprio processo di apprendimento, secondo le nuove conoscenze acquisite, per il periodo di intervallo prima della terza giornata (4 - 6 settimane) (compito).	Lavoro a piccoli gruppi	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane con il gruppo di lavoro		30
16.20	Fine primo modulo				

Giorno 3

Orario	Argomento	Metodologia	Risultato atteso in termini di conoscenze e/o abilità e comportamenti appresi	Tempo	
				Ore	Min.
9.45	Registrazione Partecipanti				
10.00	Introduzione: determinazione della propria posizione in base al piano di apprendimento personale fatto in seconda giornata di formazione (cambiamenti successivi, domande, limiti, ecc...).	Lezione frontale con dibattito confronto	I partecipanti presentano il loro punto personale rispetto al percorso di apprendimento individuale. Condividono scoperte, riflessioni e domande emerse durante il lavoro svolto in autonomia nella quotidianità lavorativa con l'utilizzo delle prospettive concettuali Kinaesthetics apprese nella prima parte del Corso Base.	30	
	Condivisione dei temi di apprendimento nuovi/vecchi in plenaria.	Presentazione di riflessioni in plenaria		30	
11.00	Riassunto delle due giornate di formazione precedenti.	Lezione frontale	Breve riassunto dei concetti kinaesthetics appresi nella prima parte del Corso Base (prime due giornate)	10	
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		20	
11.30	Introduzione al Concetto Movimento Umano	Lezione frontale	Ogni persona ha un suo modo individuale di muoversi. I partecipanti comprendono che è utile essere in grado di individuare le risorse di movimento della persona che assistono utilizzandole per sostenere la persona in ogni attività in modo efficace ed adeguato.	5	
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		15	
11.50	Coffee Break				
12.00	Modelli di movimento paralleli e a spirale (secondo sottotema del Concetto Movimento Umano).	Lezione frontale	I partecipanti conoscono diversi modelli di movimento. Imparano a descrivere le diversità tra i modelli paralleli e a spirale per poter offrire un sostegno adeguato per la situazione individuale.	5	
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		35	
		Role-playing		30	
13.10	Pausa Pranzo				
14.10	Movimento di portamento e movimento di trasporto (primo	Lezione frontale	I partecipanti imparano a conoscere le differenze tra movimento di portamento e movimento di	5	
				30	



Sinergia & Sviluppo srl

Formazione e Servizi
per le Professioni Sanitarie
Provider ECM nazionale n.1185

	sottotema del Concetto Movimento Umano).	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing	trasporto. Imparano a sostenere un'altra persona in modo differenziato nelle sue possibilità di movimento.		25
15.10	Autovalutazione scritta del proprio apprendimento sul tema "Movimento umano" utilizzando lo strumento "campi formativi" del quaderno di lavoro.	Riflessione individuale Autovalutazione scritta	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.		15
15.25	Lavoro pratico in aula di Role-playing, attività integrative relative a situazioni di lavoro nella quotidianità con la prospettiva "Movimento Umano".	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	Elaborazione di quesiti concreti della quotidianità professionale in relazione ai concetti Kinaesthetics	1	
16.25	Introduzione al Concetto Sforzo e le due forme Tirare/Spingere per costruire la rete di tensione che permette il movimento.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	Approfondimento dell'aspetto qualitativo dello sforzo. Il partecipante affina la propria sensibilità e impara a dare alla persona assistita la possibilità di organizzare la propria rete di tensione da sé.		5 40
17.10	Coffee Break				
17.20	Conclusione concetto Sforzo	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing			10 35
18.05	Auto-valutazione scritta del proprio apprendimento sul tema Sforzo utilizzando lo strumento Campi Formativi del quaderno di lavoro.	Riflessione individuale Autovalutazione scritta	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.		15
18.20	Fine				

Giorno 4

Orario	Argomento	Metodologia	Risultato atteso in termini di conoscenze e/o abilità e comportamenti appresi	Tempo	
				Ore	Min.
8.00	Introduzione al Concetto Funzione Umana.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	Riflessione iniziale sul concetto Funzione Umana per comprendere le attività di vita quotidiana	5 25	
8.30	Funzione semplice (sotto tema del Concetto Funzione Umana).	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	I partecipanti imparano che tenere una posizione è una attività e fanno esperienze su come sostenere altre persone nelle varie posizioni dandogli la possibilità di svolgere i movimenti di adattamento necessari.	5 35	



		Role-playing		20
9.30	Coffee Break			
9.40	Funzione complessa (secondo sotto tema del Concetto Funzione umana): movimento sul posto e locomozione.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing	I partecipanti comprendono come offrire un sostegno efficace al movimento sul posto (mangiare, bere, ecc...) e durante la locomozione sia orizzontale sia verticale.	5 45 40
11.10	Auto-valutazione scritta del proprio apprendimento sul tema Funzione Umana utilizzando lo strumento Campi Formativi del quaderno di lavoro.	Riflessione individuale Autovalutazione scritta	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	15
11.25	Introduzione al Concetto Ambiente	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	I partecipanti fanno esperienza di come l'ambiente inanimato influenza la persona rispetto al movimento proprio e all'interazione.	5 10
11.40	Elaborazione di diversi temi rispetto all'ambiente in base alle esigenze dei partecipanti: - L'uso mirato degli ausili minori - Prevenzione lesioni da decubito - Assistenza nella fase terminale di vita - Ecc...	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	5 25
12.10	Pausa Pranzo			
13.10	Elaborazione di diversi temi rispetto all'ambiente in base alle esigenze dei partecipanti (continuazione): - L'uso mirato degli ausili minori - Prevenzione lesioni da decubito - Assistenza nella fase terminale di vita Ecc...	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	10 35
13.55	Auto-valutazione scritta del proprio apprendimento sul tema Ambiente utilizzando lo strumento Campi Formativi del quaderno di lavoro.	Riflessione individuale Autovalutazione scritta	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	15
14.10	Laboratorio pratico: simulazione di casi clinici, uso degli ausili minori, ecc... Successivo confronto in gruppi.	Role playing Lavori di gruppo e condivisione in plenaria	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	30 15
14.55	Coffee Break			



Sinergia & Sviluppo srl

Formazione e Servizi
per le Professioni Sanitarie
Provider ECM nazionale n.1185

15.05	Pianificazione dai passi successivi nella propria attività di lavoro quotidiana e definizione degli obiettivi per se stessi e per il team di reparto.	Riflessione individuale Autovalutazione scritta	Elaborazione di un piano personale o di reparto concreto per portare nell'attività quotidiana i concetti appresi durante il Corso Base	15
15.20	Valutazione dell'apprendimento tramite prova pratica. Compilazione dei questionari di customer satisfaction.	Verifica pratica		30
15.50	Conclusione del corso.	Plenaria		30
16.20	Consegna degli Attestati Kinaesthetics. Documentazione ECM			

Nel metodo "Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche" Kinaesthetics utilizza un modello di esperienze che si ripete per ogni singolo concetto secondo il modello di apprendimento Kinaesthetics: 1. Attività introduttiva (tema e contesto), 2. Attività di apprendimento (esperienze secondo una prospettiva concettuale Kinaesthetics), 3. Attività di integrazione (esperienze applicate al contesto lavorativo), 4. Attività conclusive (autoriflessione e punto della situazione con i nuovi strumenti acquisiti).

Le prime attività pratiche sono "esperienze individuali" nelle quali il partecipante pone l'attenzione sulle differenze che percepisce nel proprio movimento guidate dalla prospettiva concettuale che si vuole far sperimentare e scoprire.

In un secondo momento si propongono "esperienze in coppia" nelle quali si può porre l'attenzione sul percepire differenze nel proprio movimento mentre si è in interazione con un'altra persona.

Per ultime le "attività integrative" consentono l'elaborazione di quesiti concreti relativi all'attività professionale analizzati secondo le prospettive sperimentate e comprese in precedenza (su se stessi e in coppia).



LINK O LETTURE CONSIGLIATE

www.kinaesthetics.it

<https://www.youtube.com/watch?v=VA-ipF3iBwg>

<https://esame-di-professione-cinestetica.ch/index.cfm>

<https://stefanknobel.ch/>

<https://www.facebook.com/kinaesthetics.beate.scheidegger/>

IPOTESI DI COSTI

- Costo docenza per le 4 giornate (inclusa la preparazione): € **2.000,00** (in regime fiscale forfettario)

- **Spese di trasferta:** da definire in base alla destinazione

- **N. 4 pernottamenti** in albergo: da definire in base alla destinazione e all'alloggio

La quota va maggiorata per la rivalsa INPS del 4%.

A questo costo si aggiunge:

Quota dovuta all'European Kinaesthetics Association (EKA)
materiale didattico obbligatorio e certificati

€ **30,00/partecipante**

(questa quota viene fatturata direttamente da Kinaesthetics Italia. Tale quota si intende IVA inclusa).

L'ordine del materiale didattico è da effettuare 3 settimane prima dell'inizio del Corso Base presso Kinaesthetics Italia mediante un modulo che vi verrà inviato per mail.

IPOTESI DI DATE

Venerdì 13 e sabato 14 ottobre 2023 (parte 1).

Giovedì 23 e venerdì 24 novembre 2023 (parte 2).

MATERIALE NECESSARIO PER EVENTI RESIDENZIALI

Si richiede un'aula formativa grande (min. 4 m²/ partecipante) e la pulizia giornaliera del pavimento per permettere le attività a terra.

Materiale necessario:

- lavagna a fogli mobili con carta di riserva
- 1 sedia a partecipante (possibilmente senza braccioli) + altre 4/5 sedie in aggiunta
- possibilmente 2 letti (possono essere anche letti da ospedale non elettrici o lettini di fisioterapia larghi almeno 90cm)
- possibilmente 1 carrozzina e 1 poltrona

I partecipanti dovranno portare:

- una coperta o materassino personali per le attività a terra
 - abbigliamento comodo
 - calze calde (antiscivolo)
 - il necessario per scrivere
-



Sinergia & Sviluppo srl

Formazione e Servizi
per le Professioni Sanitarie
Provider ECM nazionale n.1185

FOTO DEL/DEI DOCENTI PER IL SITO ED IMMAGINE IDENTIFICATIVA DELL'EVENTO



DELPERO SARA

LOGO UFFICIALE DELL'ASSOCIAZIONE
KINAESTHETICS



LOGO DEL PROGRAMMA
KINAESTHETICS NELL'ASSISTENZA
Ambito al quale si rivolge il Corso Base proposto



Kinaesthetics
nell'Assistenza

LOGO DELL'ASSOCIAZIONE KINAESTHETICS
ITALIA
Associazione di cui sono socia e consigliere



Kinaesthetics Italia

MATERIALE DIDATTICO

Il materiale didattico utilizzato nel corso è costituito da:

- n. 1 Quaderno di lavoro per Corso Base Kinaesthetics
- n. 1 Manuale Kinaesthetics Il Sistema Concettuale

editi da E.K.A. (European Kinaesthetics Association) che ne detiene i diritti d'autore. Il possesso dei manuali presuppone la partecipazione ad un evento formativo certificato da E.K.A.

Non è autorizzata alcuna acquisizione se priva di autorizzazione da parte dell'Editore.

L'acquisto del materiale didattico è effettuato dalla struttura/ente che organizza l'evento direttamente all'Associazione Kinaesthetics (€ 30,00/partecipante per Quaderno, Manuale e Certificato Corso Base Kinaesthetics).

In alcuni casi se ne può occupare il docente e sarà **un costo da aggiungere alle spese docenza**.

È richiesto per archiviazione il materiale didattico usato durante l'evento.

- Da stampare in formato cartaceo? SI ___ NO _
- Da inviare in formato elettronico (ai soli partecipanti)? SI ___ NO _
- Se SI, prima o dopo l'evento?

Il/i docente/i non rilasceranno materiale didattico ai partecipanti, se non attraverso Sinergia & Sviluppo.

Nel materiale didattico deve essere indicato il luogo e la data di svolgimento dell'evento, citando il provider Sinergia & Sviluppo (se possibile inserire il nostro logo).