



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.	0 0 0 0	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.	0 0	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.	0 0	10 50
13.10	Pausa Pranzo				
14.10	I sensi (continuazione).	Role playing	I partecipanti conoscono e percepiscono il sistema sensoriale	0	45



			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.		
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.	0 0	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	0	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".	0 0 0	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.	0 0	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		0	15
8.15	Introduzione al Concetto Anatomia funzionale.	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i	Comprensione delle caratteristiche anatomiche del corpo umano con attenzione a tutti quegli aspetti	0 0	5 15



		partecipanti di attività pratiche	percepibili dell'anatomia in movimento.		
8.35	Ossa e muscoli (primo sottotema del Concetto Anatomia funzionale).	Lezione frontale	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.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	45
		Role-playing		0	30
9.55	Coffee Break				
10.05	Masse e spazi intermedi (secondo sottotema del Concetto Anatomia funzionale).	Lezione frontale	Imparare a muovere le persone nel rispetto della loro anatomia e non in base a quello che posso osservare solo dall'esterno.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	45
		Role-playing		0	45
11.40	Orientamento (terzo sottotema del Concetto Anatomia funzionale): orientamento nello spazio e orientamento nel corpo.	Lezione frontale	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.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	40
12.25	Pausa pranzo				
13.25	Orientamento (continuazione): orientamento nello spazio e orientamento nel corpo.	Role playing	Muoversi orientandosi nel corpo.	0	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	00
14.55	Coffee Break				
15.05	Orientamento: parte anteriore e posteriore del corpo.	Lezione frontale	Imparare a muovere il peso seguendo la struttura anatomica.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	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.	0	15
15.50	Pianificazione del proprio processo di apprendimento, secondo le	Lavoro a piccoli gruppi	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a	0	30



	nuove conoscenze acquisite, per il periodo di intervallo prima della terza giornata (4 - 6 settimane) (compito).		situazioni lavorative quotidiane con il gruppo di lavoro		
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.	0	30
	Condivisione dei temi di apprendimento nuovi/vecchi in plenaria.	Presentazione di riflessioni in plenaria		0	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)	0	10
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	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.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	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.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	35
		Role-playing		0	30
13.10	Pausa Pranzo				
14.10	Movimento di portamento e movimento di trasporto (primo sottotema del Concetto Movimento Umano).	Lezione frontale	I partecipanti imparano a conoscere le differenze tra movimento di portamento e movimento di trasporto. Imparano a sostenere un'altra persona in modo	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i		0	30



		partecipanti di attività pratiche	differenziato nelle sue possibilità di movimento.	0	25
		Role-playing			
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.	0	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	00
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.	0 0	5 40
17.10	Coffee Break				
17.20	Conclusione concetto Sforzo	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing		0 0	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.	0	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	0	5
				0	25
8.30	Funzione semplice (sotto tema del Concetto Funzione Umana).	Lezione frontale Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche Role-playing	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.	0	5
				0	35
				0	20



9.30	Coffee Break				
9.40	Funzione complessa (secondo sotto tema del Concetto Funzione umana): movimento sul posto e locomozione.	Lezione frontale	I partecipanti comprendono come offrire un sostegno efficace al movimento sul posto (mangiare, bere, ecc...) e durante la locomozione sia orizzontale sia verticale.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	45
		Role-playing		0	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.	0	15
11.25	Introduzione al Concetto Ambiente	Lezione frontale	I partecipanti fanno esperienza di come l'ambiente inanimato influenza la persona rispetto al movimento proprio e all'interazione.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	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	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	0	5
		Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche		0	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	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	0	10
		Role-playing		0	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.	0	15
14.10	Laboratorio pratico: simulazione di casi clinici, uso degli ausili minori, ecc... Successivo confronto in gruppi.	Role playing	Riflessione personale sul Concetto e sviluppo delle prime idee rispetto a situazioni lavorative quotidiane.	0	30
		Lavori di gruppo e condivisione in plenaria		0	15
14.55	Coffee Break				
15.05	Pianificazione dai passi successivi nella propria attività di lavoro quotidiana e definizione degli	Riflessione individuale	Elaborazione di un piano personale o di reparto concreto per portare	0	15



Sinergia & Sviluppo srl

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

	obiettivi per se stessi e per il team di reparto.	Autovalutazione scritta	nell'attività quotidiana i concetti appresi durante il Corso Base		
15.20	Valutazione dell'apprendimento tramite prova pratica. Compilazione dei questionari di customer satisfaction.	Verifica pratica		0	30
15.50	Conclusione del corso.	Plenaria		0	30
16.20	Consegna degli Attestati Kinaesthetics. Documentazione ECM				