



Anatomie & Physiologie - Modul M1

Grundlagen der Bewegung

Dieses Ausbildungsmodul widmet sich der theoretischen Betrachtungsweise der Bewegung. Es geht um die Anatomie und Physiologie von Bewegungen. Das Zusammenspiel von Muskeln, Sehnen, Gelenken und Nerven sowie weitere Inhalte sind Bestandteil.

Eine Prüfung im eigentlichen Sinne gibt es nicht. Zu jedem Kapitel gibt es Lernkontrollfragen, welche Sie anhand der Lösungsbeispiele selbst überprüfen können. Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung. In der Teilnahmegebühr sind Fachbücher (im Wert von ca. 90,- Euro) sowie ein Lernskript mit Übungsaufgaben, Lernkontrollfragen und Lösungen enthalten.

Wie funktioniert Bewegung?

- Der Bewegungsapparat
- Passiver Teil = knöchernes Skelett
- Aktiver Teil = Skelettmuskulatur, Sehnen, Bänder, Gelenkkapseln
- Physiologische und psychomotorische Aspekte (sensorische und motorische Systeme)

Anatomie

- Bewegungsapparat mit Muskulatur
- Rücken, Wirbelsäule, oberflächliche Muskulatur
- Muskulatur, tiefe Rückenmuskeln des Menschen
- Vordere Rumpfwand, Muskeln und Rippen
- Leiste, Leistenregion, Leistengegend
- Schulterregion, Schultergegend und Achselhöhle
- Der Oberarm mit Oberarmmuskulatur
- Der Arm mit Unterarm und Hand
- Die Hüfte mit Hüftgelenk und Gesäßgebiet
- Das Bein, Oberschenkel und Kniegegend
- Das Bein, Kniegelenk und Unterschenkel
- Der Fuß und seine Teile

Physiologie

- Nerven, Erregung und Erregungsleitung
- Erregungsübertragung in der Synapse
- Muskelkontraktion
- Erregungsbildung in Rezeptoren
- Sensorik, Motorik

*Leben ist Bewegung.
Anspannung, der Motor
der Bewegung.
Entspannung, die Kraftquelle.
Entspannung und Anspannung.
Yin und Yang.
Ruhe und Bewegung.*

Nikolina Salvaggio

Selbstlernmodul

Dauer

Wir empfehlen ca. 36 Stunden Bearbeitungszeit.

Abschluss

Teilnahmeurkunde „Anatomie & Physiologie“