S01 Mejórate a través de tu cuerpo y de la fisioterapia

Ficha

Tipo	Seminario
Ciclo	Segundo
Cuatrimestre	Primero
Días	lunes
Horario	17:00 a 18:30
Aula	Antigua Facultad de Medicina Aula 6
Primer día	3 octubre 2016
Último día	16 enero 2017

Coordinadora

D.ª María del Carmen García Ríos

Profesorado

D.ª María Encarnación Aguilar Ferrándiz

Descriptor de la asignatura

Esta asignatura está dirigida a conocer el cuerpo humano desde el punto de vista de la Fisioterapia y de la Biomecánica. Es importante sentir como nos movemos, como se integran las distintas partes de nuestro cuerpo dentro de nosotros y con ello poder mejorar la postura, los movimientos y nuestra vida durante el día a día.

Programa de la asignatura

- 1. Conocer las distintas cadenas articulares y musculares que forman nuestro cuerpo
- 2. Sentir nuestras estructuras óseas
- 3. Movilizar las distintas masas del cuerpo utilizando las intermasas
- 4. Estructurar las torsiones óseas
- 5. Conocer las distintas posturas de nuestro cuerpo en función de las cadenas musculares
- 6. Conocer ejercicios para mejorar la vascularización de los miembros
- 7. Aprender a estirar todos los músculos sin lesionarse

 $Fuente: https://apfa.ugr.es/pages/_cursos/2016-2017/asignaturas/0_granada/03_s01$

Última versión: 2025-09-21 08:00 - 1 dee 1 -