

FIZJOTERAPIA

Anatomia funkcjonalna

Rok akademicki 2025/2026

Program ćwiczeń

- Ćwiczenie 1** Płaszczyzny, linie, osie ciała.
Okolice ciała. Podział szkieletu człowieka. Rodzaje kości.
Kręgosłup jako całość. Statyka. Krzywizny. Funkcjonalne komponenty kręgów i ich struktura.
Rodzaje stawów. Budowa stawu. Ruchy w stawach i ich nazewnictwo.
Połączenia ruchomej części kręgosłupa. Zakres ruchów kręgosłupa. Wady postawy.
Połączenia kręgosłupa z czaszką, zakres ruchów
- Ćwiczenie 2** Rodzaje mięśni, podział funkcjonalny. Topografia mięśni, główne grupy.
Mięśnie grzbietu. Powięź /piersiowo-lędźwiowa, powięź karku/
Mięśnie powierzchowne grzbietu.
Mięśnie głębokie.
Mięśnie podpotyliczne.
Przyczepy mięśni, topografia, czynność.
- Ćwiczenie 3** Kości i stawy kończyny górnej.
Kości obręczy/łopatka, obojczyk/-budowa, cechy.
Kości części wolnej kończyny górnej/kość ramienna, kości przedramienia, kości ręki/ cechy, budowa.
Stawy kończyny górnej.
Połączenia obręczy kończyny górnej /staw mostkowo-obojczykowy/ budowa, zakres ruchów.
Połączenia części wolnej kończyny górnej/staw ramienny, staw łokciowy, połączenia kości przedramienia, stawy ręki/-budowa, funkcja, zakres ruchów.
- Ćwiczenie 4** Mięśnie kończyny górnej. Łańcuch biokinematyczny kończyny górnej.
Powięź okolicy barku, powięź ramienia, przedramienia, pochewki ścięgien mięśni/
Mięśnie obręczy kończyny górnej-przyczepy, topografia, czynność.
Mięśnie części wolnej kończyny górnej/ mięśnie ramienia, przedramienia, ręki/ Przyczepy, topografia, czynność/
Dół pachowy, jama pachowa, kanał nadgarstka.
- Ćwiczenie 5** Kości i stawy kończyny dolnej.
Kości obręczy kończyny dolnej /kość miedniczna, kość kulszowa, kość łonowa.
Miednica jako całość. Dymorfizm płciowy.
Kości części wolnej kończyny dolnej/kość udowa, kości podudzia, kości stopy/cechy, budowa. Stopa jako całość. Łuki stopy.
Stawy kończyny dolnej.

Połączenia obręczy kończyny dolnej/staw krzyżowo-biodrowy/budowa, czynność/
Więzozrosty, więzadło pachwinowe.
Połączenia części wolnej kończyny dolnej/staw biodrowy, staw kolanowy, stawy stopy - budowa, czynność.
Płaskostopie. Paluch koślawy. Chód, cykl chodu.

Ćwiczenie 6 Mięśnie kończyny dolnej. Łańcuch biokinematyczny kończyny dolnej.
Mięśnie obręczy kończyny dolnej, przyczepy, topografia, czynność
Mięśnie części wolnej kończyny dolnej/mięśnie uda, podudzia, mięśnie stopy/
przyczepy, topografia, czynność
Powięź /powięź biodrowa, pośladkowa, szeroka, goleni, powięź stopy/
Kanał udowy, kanał przywodzicieli. Dół podkolanowy, kanał kostki
przyśrodkowej, kanał kostki bocznej.
Taśmy mięśniowo-powięziowe.

Ćwiczenie 7 Kości klatki piersiowej /mostek, żebra/ budowa, cechy.
Połączenia żeber z kręgosłupem-stawy żebrowo-kręgowe.
Połączenia żeber z mostkiem , połączenia poszczególnych części mostka.
Mięśnie klatki piersiowej.
Mięśnie powierzchowne przyczepy, topografia.
Mięśnie głębokie /właściwe/ przyczepy, topografia, czynność.
Powięź /powięź obojczykowo-piersiowa/
Przepona.
Mięśnie brzucha. Mięśnie boczne, przednie, tylne. Przyczepy, topografia, czynność.
Powięź powierzchowna brzucha, powięź poprzeczna. Kresa biała. Kanał pachwinowy.
Przepona.

Ćwiczenie 8 Czaszka Kości mózgowcowej, kości twarzoczaszki. Czaszka jako całość. Jamy i doły czaszki. Staw skroniowo-żuchwowy budowa czynność.

Ćwiczenie 9 Mięśnie głowy i szyi.
Mięśnie sklepienia czaszki. Mięśnie wyrazowe, mięśnie żwacze. Powięź głowy /powięź policzkowo-gardłowa, powięź skroniowa, powięź przyusznicza.
Topografia mięśni, czynność.
Mięśnie szyi.
Mięśnie powierzchowne, środkowe, głębokie szyi przyczepy topografia, czynność.
Powięź /powięź powierzchowna, przedtchawicza/Trójkąty szyi

Ćwiczenie 10 Zaliczenie