



LAPORAN KEGIATAN PELATIHAN

“Workshop Instruktur Five Core Movement Level 1

Diselenggarakan oleh :

Tesseract dan Inphysio



Disusun oleh

Muthiah Munawwarah



Universitas Esa Unggul

2019

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pelatihan ini diikuti untuk meningkatkan keilmuan Fisioterapi dan ini merupakan metode baru yang lagi berkembang di Indonesia sedangkan di erop merupakan metode lama yang sudah berkembang selama 30 tahun, untuk bisa mengikuti pelatihan ini kami harus pergi ke prague, dikarenakan biaya mahal maka kami tidak bisa mengikuti perkembangan keilmuan ini. Baru saat ini bisa diadakan diindonesia dan ini merupakan kesempatan yang langka untuk bisa mengikuti pelatihan ini.

FCM (five core movement) merupakan suatu tehnik yang di gunakan untuk meningkatkan stabilisasi tubuh, adapun FCM ini terdiri dari beberapa komponen region yang perlu di berikan latihan diantaranya adalah:

1. Ribcage
2. Spine
3. Pelvic
4. Scapula
5. Feet

Methodode ini menggunakan pendekatan DNS (Dynamic Neuromusculoskeletal Stabilization) yang memiliki prinsip Movement dan Stabilization. Pendekatan ini diperkenalkan oleh Prof Pavel Kolar berasal dari Prague, Czech republic. Pendekatan ini menggunakan pola perkembangan tumbuh kembang bayi dari 0 bulan hingga 12 bulan. Dengan melihat pola perkembangan pertumbuhan bayi kita bisa melihat kelemahan otot apa yang mengalami kelemahan dan secara genetic, kita sebenarnya sudah memiliki pola perkembangan yang normal sehingga jika ada kelainan/impairment bisa dikembalikan kondisi normal. Pendekatan ini bisa di gunakan untuk memperbaiki postural tubuh.

Tujuan

Laporan ini dibuat sebagai bentuk pertanggung jawaban saya setelah mengikuti pelatihan ini dan membagikan keilmuan ini untuk mahasiswa dan rekan sejawat, agar keilmuan fisioterapi bisa meningkat dan bisa selevel dengan fisioterapi dunia sesuai dengan perkembangan keilmuan saat ini.

METODE PELAKSANAAN

Waktu dan Tempat

Waktu

Hari/Tanggal : Sabtu- Minggu/ 05-06 Januari 2019

Tempat

Hotel De Pavilliu Bandung Jl. Riau Bandung

PesertaPelatihan

Peserta adalah seluruh Tenaga Fisioterapi baik sebagai akademisi dan Pelayanan di seluruh Indonesia, yang berjumlah 50 peserta

Materi Pelatihan

FCM (five core movement) merupakan suatu tehnik yang di gunakan untuk meningkatkan stabilisasi tubuh, adapun FCM ini terdiri dari beberapa komponen region yang perlu di berikan latihan diantaranya adalah:

1. Ribcage
2. Spine
3. Pelvic
4. Scapula
5. Feet

Methodode ini menggunakan pendekatan DNS (Dynamic Neuromusculoskeletal Stabilization) yang memiliki prinsip Movement dan Stabilization. Pendekatan ini diperkenalkan oleh Prof Pavel Kolar berasal dari Prague, Czech republic. Pedekatan ini menggunakan pola perkembangan tumbuh kembang bayi dari 0 bulan hingga 12 bulan. Dengan melihat pola perkembangan pertumbuhan bayi kita bisa melihat kelemahan otot apa yang mengalami kelemahan dan secara genetic, kita sebenarnya sudah memiliki pola perkembangan yang normal sehingga jika ada kelainan/impairment bisa dikembalikan kondisi normal. Pendekatan ini bisa di gunakan untuk memperbaiki postural tubuh.

Alasan Penentuan Materi

Berdasarkan perkembangan keilmuan fisioterapi saat ini

Metode Penyampaian Materi

Seminar dan Workshop

Sumber Dana

Dana bersumber dari anggaran *upgrading* karyawan post SDM, Universitas Esa Unggul

Output dan Outcome

Output : keahlian dosen khususnya bidang fisioterapi meningkat

Outcome : mengajarkan metode ini ke mahasiswa agar kompetensi mahasiswa fisioterapi Universitas Esa Unggul bisa meningkat dan mengikuti perkembangan keilmuan fisioterapi Dunia

Lampiran :

1. Materi

Foto Pelatihan

#fcm #dns #inphysio @ De Paviljoen Bandung

