

BIOMECHANKA RUCHU KONIA - PROGRAM

I dzień - 24.06.2017 (sobota)

WROCLAWSKI TOR WYSCIGÓW KONNYCH PARTYNICE

Gillian Higgins słynie ze świetnego przekazu wiedzy z zastosowaniem innowacyjnych metod nauczania. W tym dniu wybrany koń zmieni się w żywy obraz, by pomóc zrozumieć procesy zachodzące w jego ciele podczas ruchu.

10:00	Rejestracja	
10:50 Otwarcie konferencji		
11:00-12:25	Omówienia aparatu ruchu - układ szkieletowy	<ul style="list-style-type: none">• omówienie budowy i ruchu grzbietu• grzbietowy układ napinający - pozycja głowy, szyi i grzbietu w czasie ruchu• anatomia dopasowania siodła• dysfunkcje grzbietu
12:25-12:45 Przerwa		
12:45-13:45	Omówienia aparatu ruchu - układ mięśniowy	<ul style="list-style-type: none">• współzależności układów mięśniowych• praca mięśni• ograniczenia ruchowe• praca aparatu ruchu pod obciążeniem jeźdźca
13:45-14:30 Przerwa obiadowa		
14:30-15:30	Jak porusza się koń – lonżowanie i jazda konna	<ul style="list-style-type: none">• analiza ruchu konia w różnych chodach• praca grzbietu• praca w ustawieniu• ruchy boczne• noszenie grzbietu a ciężar jeźdźca• skoki przez przeszkody - ćwiczenia
15:30-16:30	Ocena ruchu koni	
16:30-16:45 Przerwa		
16:45-17:45	Ćwiczenia pilates dla koni	<ul style="list-style-type: none">• wzmocnienie mięśni• stabilność i elastyczność• równowaga ciała
17:45 - 18:00 Podsumowanie, pytania i zakończenie dnia		

II dzień - 25.06.2017 (niedziela)

UNIwersytet PRZYRODNICZY WE WROCLAWIU

Należy przygotować się na intensywny dzień wykładowy, bardzo bogaty w nagrania wideo, za pomocą których Gillian Higgins będzie pokazywać wpływ biomechaniki na trening konia.

08:00:00	Rejestracja
8:45 - 09:00 Omówienie programu dnia	
09:00-11:00	Biomechanika kręgosłupa Dokładne omówienie budowy, funkcji i ruchomości poszczególnych części kręgosłupa. Jest to przydatne do omówienia treningu konia i jeźdźca, w celu udoskonalenia kontaktu z koniem w czasie treningu.
11:00 – 11:30 Przerwa	
11:30-13:00	Biomechanika kończyn Konie w swojej budowie nie są przystosowane do pracy pod obciążeniem jeźdźca. W tej części prezentacji będą uwzględnione skutki obciążenia konia przez jeźdźca w aspekcie zmian pracy układu mięśniowo-powięziowego i kontuzji aparatu ruchu. Prezentacja uwzględni również postawę konia i jej zmianę utrzymania w czasie pracy pod siodłem. Będzie to stanowiło podstawę do przedstawienia tego, jak utrzymać prawidłową postawę konia i jak możemy zmniejszyć ryzyko występowania kontuzji u koni w treningu.
13:00 – 14:00 Obiad	
14:00-15:00	Biomechanika pracy mięśni Ta część prezentacji uwzględnia: - przedstawienie połączeń w ciele konia - współpraca powięzi, mięśni i ścięgien jako jeden łańcuch, - poszerzenie wiedzy na temat różnych rodzajów skurczów mięśniowych i jak trening wpływa na ich powstanie.
15:00 – 15:30 Przerwa	
15:30-16:00	Ścięgna i więzadła dolnej części kończyny piersiowej i miednicznej W tej części prezentacji będą omówione następujące tematy: - budowa i funkcje kończyn piersiowych i miednicznych, - ruchomość w stawach poszczególnych kończyn, - sposób współpracy kończyn z resztą ciała w czasie poruszania się zwierzęcia.
16:00-17:30	Biomechanika skoku Przedstawienie różnych mechanizmów pracy aparatu ruchu wykorzystywanych w skokach przez przeszkody oraz pokazanie, jak one zmieniają się w różnych gimnastycznych ćwiczeniach skokowych i w pracy z kawaletkami.
17:30 -18:00 Podsumowanie, pytania. Zamknięcie konferencji	