

10° ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ-ΜΕΛΕΤΗΣ

(ΘΕΩΡΙΑ)

Μελετήστε τα μηχανικά αποτελέσματα της μάλαξης που αφορούν τα οστά και το πεπτικό σύστημα (σελ 4-5) και απαντήστε:

1. Πώς επιδρά η μάλαξη στα οστά κατά τη θεραπεία των καταγμάτων;
2. Η μάλαξη εξασφαλίζει την ορθή λειτουργία των οργάνων του πεπτικού συστήματος;

(ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ)

Μελετήστε: Βασικοί χειρισμοί 7.Δονήσεις (σ. 9) και απαντήστε :

1. Ποια είναι τα έξι (6) είδη των δονήσεων και ποιοι είναι οι σκοποί των δονήσεων;

Παρακολουθήστε το βίντεο που αφορά μάλαξη στα άκρα και στο πρόσωπο στη διεύθυνση:

<https://www.youtube.com/watch?v=CbssxdX1iGo>

Μελετήστε σχετικά με τη μάλαξη προσώπου στις σελ 16-20 των σημειώσεων μας.
Εφαρμόστε χειρισμούς μάλαξης για 20 λεπτά στους **μύες του προσώπου**.