

આચ મેટના ઉપયોગ પદ આધીતહોતછે. આમં વધથે સથળ અને ંગવણ હલનચલન કથ્વા મટે ભટુમ્કીને સુધથ્થા કથી આપવામં આવે છે. શંચનેથ ગાં સ પં થકિં ષતિકં થચિા અને પં આણ કથ્તં વધથે હલનચલન ં સાધથ્થા ં રં છકિ હલનચલન પં થકિં થચિામં દેખાચ આવે છે.

□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□ - □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□

મ્જ જાસંસં થના વકિાસમં ઉપચથ્નો પં થથકિ ઉદેશંચ સહજ હલનચલન કથીથી શીખવું ં મં કોષ ં ક સં થતિ થહી જાચ, વજન તેલવું તેજ શથીથી ંને બજુનો ઉપયોગ કથ્વા આ તંતિં થ્નો ઉપયોગ કથ્વામં આવે છે ં કતિં થતિહલનચલન, ં કતિં થતિપં થચિાદ, નચિંતિં થ્થાના કેટલાક વશિષિં ટ બંદિ ઉદા. ખભ અને ઉદથ્થા નીચેના ભગમં હાડકાની વથ્તુતા, પં થકિં ષતિકં થચિામં અડચ્થા લાવવામં ઉપયોગમં આવે છે.

□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□

મથ્ ગોટ હૂડ ને સંવેદનવાહક ઉતિં લેજન અને પુનથ્તિ પાદન વધિચક સં નાચુના ં કતિં થતિનચિંતિં થ્થા કથ્ચો જેને લીધેમ્જના કથ્ચમં બ્ગાડ થ્થેલા બળકેમં ઉપચુકતિં વા સં નાચુનો પં થચિાદ મ્જવવું શકંચ થ્થું છે. બં થ્થાગિ હળવા ઝાપટાં મવું, જલં દીથી આપનાથ પદં ધીમં સાંધ પદ હળવા વજનનો પાટો બધ્થો, ં ક તલમં પણ દીચે-દીચે હલનચલન કથ્ચું ં નો સમવેશ થચ છે. આ ઉપચ્થ પદં ધી hypotonia, hypertenia અને hyperkinesia નો ઉપયોગ કથ્વામં આવે છે.

Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF) approch

મ્જના મ્જ જાતુંમા થેગમં Proprioceptors ઉતિં લેજતિકથીને ઉપચ્થ કથ્વામં આવે છે, PNF આ પદં ધામ્જ જાસં નાચુના પં થચિાદમં વૃદં ધિકથ્વા મટે વાપથ્વામં આવે છે.