

Usługa - Tułów - baza do ruchu



4.7/5 z 1118 ocen

Tułów - baza do ruchu

Numer usługi: 2021/06/17/36350/1082872

Dostawca usług: Niepubliczna Placówka Kształcenia Ustawicznego "MED COACH"

Miejsce usługi: Kraków

Dostępność: Usługa otwarta

Forma świadczenia: stacjonarna

Status usługi: opublikowana



650,00 zł netto za osobę

650,00 zł brutto za osobę

72,22 zł netto za osobogodzinę

72,22 zł brutto za osobogodzinę



Rodzaj
Usługa szkoleniowa



Kategoria / Podkategoria
Zdrowie i medycyna / Medycyna



Dofinansowanie
Tak



13.11.2021

Informacje o usłudze

Sposób dofinansowania: wsparcie dla przedsiębiorców i ich pracowników

Grupa docelowa usługi:

W szkoleniu mogą wziąć udział osoby, które posiadają wykształcenie lub są w trakcie toku studiów/nauczania w zakresie:
► fizjoterapii

Minimalna liczba uczestników: 1

Maksymalna liczba uczestników: 26

Data zakończenia rekrutacji: 12-11-2021

Liczba godzin usługi: 9

Podstawa uzyskania wpisu do świadczenia usługi: Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Ramowy program usługi

Zakres tematyczny:

- Oddychanie I etapem do leczenia bólów kręgosłupa
- Oddychanie a postawa
- Oddychanie a świadomość
- Prawidłowy stereotyp oddychania
- Ocena stereotypu oddychania
- Zaburzenia stereotypu oddychania – przykłady
- Oddychanie i napięcie mięśni tułowia
- Ćwiczenia korygujące stereotyp oddychania i napięcia – przykłady
- Przyczyny dysfunkcji stabilizacji tułowia
- Dewastujący sposób siedzenia i wstawania z krzesła – rekomendacje
- Mobility i stability w odniesieniu do kręgosłupa
- Historia i dzisiejsze spojrzenie na stabilizację
- Stopa a stabilizacja
- Psoas a stabilizacja – jak ćwiczyć psoasa
- Stabilizacja antywyprostna – przykłady ćwiczeń
- Stabilizacja antyzgięciowa – przykłady ćwiczeń
- Stabilizacja antyzgięciowa boczna – przykłady ćwiczeń
- Stabilizacja antyrotacyjna – przykłady ćwiczeń
- Stabilizacja globalna – przykłady ćwiczeń
- PLANK- ocena, przydatność
- Silly stretches
- Manewr Valsavy przy dużych obciążeniach

Harmonogram usługi

<u>Przedmiot / temat zajęć</u>	<u>Data realizacji zajęć</u>	<u>Godzina rozpoczęcia</u>	<u>Godzina zakończenia</u>	Liczba godzin
Przywitanie Uczestników, przedstawienie Instruktora. Zapoznanie Uczestników z planem szkolenia.	13-11-2021	09:00	09:15	00:15
Oddychanie I etapem do leczenia bólów kręgosłupa Oddychanie a postawa.	13-11-2021	09:15	09:30	00:15
Oddychanie a świadomość Prawidłowy stereotyp oddychania.	13-11-2021	09:30	10:00	00:30
Ocena stereotypu oddychania. Zaburzenia stereotypu oddychania – przykłady. Oddychanie i napięcie mięśni tułowia. Ćwiczenia korygujące stereotyp oddychania i napięcia – przykłady.	13-11-2021	10:00	11:00	01:00
Przyczyny dysfunkcji stabilizacji tułowia. Dewastujący sposób siedzenia i wstawania z krzesła – rekomendacje. Mobility i stability w odniesieniu do kręgosłupa.	13-11-2021	11:00	12:00	01:00
Historia i dzisiejsze spojrzenie na stabilizację. Stopa a stabilizacja. Psoas a stabilizacja – jak ćwiczyć psoasa.	13-11-2021	12:00	12:30	00:30
Stabilizacja antywyprostna – przykłady ćwiczeń. Stabilizacja antyzgięciowa – przykłady ćwiczeń.	13-11-2021	12:45	13:30	00:45
Stabilizacja antyzgięciowa boczna – przykłady ćwiczeń. Stabilizacja antyrotacyjna – przykłady ćwiczeń. Stabilizacja globalna – przykłady ćwiczeń.	13-11-2021	13:30	14:30	01:00
PLANK- ocena, przydatność. Silly stretches. Manewr Valsavy przy dużych obciążeniach.	13-11-2021	14:30	15:45	01:15
Dyskusja i pytania. Rozdanie certyfikatów, zakończenie szkolenia.	13-11-2021	15:45	16:00	00:15

Główny cel usługi

Cel edukacyjny

Celem kursu jest zapoznanie Uczestnika z najnowszą, szczegółową wiedzą na temat diagnostyki i leczenia tułowia oraz jego funkcjonowania. Szkolenie bogate jest w wiedzę teoretyczną i praktyczną, popartą szeregiem przypadków klinicznych. Instruktor przekażą garść praktycznych nowinek i niuansów wyniesionych z codziennej pracy z pacjentami i sportowcami. Uczestnik nabierze umiejętności do podejmowania autonomicznych i odpowiedzialnych decyzji, a także pozna zasady etyki pracy z pacjentem.

Efekty uczenia się

Po zakończeniu szkolenia Uczestnik w zakresie wiedzy:

- zna anatomię i biomechanikę tułowia,

- zrozumie interakcję mięśni i ich wpływ na prawidłową pracę tułowia,
- poznał zaburzenia w obrębie tułowia oraz różne metody ich diagnostyki,

Po zakończeniu szkolenia Uczestnik w zakresie umiejętności:

- potrafi ocenić, testować i korygować ustawienie tułowia,
- stosuje metody terapeutyczne i leczy objawy bólowe w obszarze tułowia,
- analizuje ruch i prowadzi ćwiczenia tułowia,

Po zakończeniu szkolenia Uczestnik w zakresie kompetencji społecznych:

- rozumie problemy etyczne wynikające z jego profesji,
- przestrzega kodeksu etycznego,
- ma świadomość własnej wiedzy i potrzeby dokończania się,
- posiada zdolność do autonomicznego i odpowiedzialnego podejmowania się terapii.

Sposób weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się

Forma zaliczenia:

- ustna, ocena i analiza przypadków klinicznych, zadania.

Czy usługa prowadzi do nabycia kompetencji?

Tak

Kwalifikacje

Brak wyników.

Cena

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto 650,00 zł

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto 650,00 zł

Koszt osobogodziny netto 72,22 zł

Koszt osobogodziny brutto 72,22 zł

Adres realizacji usługi

ul. Senatorska 26/U9, 30-106 Kraków, woj. małopolskie

Dokładny dojazd komunikacją miejską oraz samochodem zostanie podany w wiadomości od organizatora.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Zajęcia poprowadzą



Ryszard Biernat

Ryszard Biernat jest absolwentem Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie na kierunku wychowanie fizyczne ze specjalizacją w rehabilitacji ruchowej. W 2008 roku uzyskał stopień Doktora w zakresie rehabilitacji ruchowej.

Doświadczenie zawodowe

W latach 1978 – 84 Ryszard Biernat był odpowiedzialny za rehabilitację i odnowę biologiczną kadry Polski w piłce ręcznej mężczyzn. Uczestniczył m.in. w Igrzyskach Olimpijskich w Moskwie w 1980 i Mistrzostwach Świata w Dortmundzie w 1982, na których reprezentacja Polski zdobyła brązowy medal.

W latach 1985-2004 pracował w Zjednoczonych Emiratach Arabskich jako fizjoterapeuta odpowiedzialny za rehabilitację piłkarzy nożnych drużyn ligowych, a także reprezentacji ZEA. Współpracował z takimi trenerami jak Antoni Piechniczek, Jan Tomaszewski, Bernard Blaut czy Piet Hamberg.

W 2005 roku został zatrudniony na stanowisku kierownika Centrum Rehabilitacji Ruchowej przy Olsztyńskiej Szkole Wyższej. Jest również pracownikiem naukowo-dydaktycznym na stanowisku adiunkta oraz wykładowcą przedmiotów związanych z fizjoterapią: kinezylogia, biomechanika i patobiomechanika.

Dr Ryszard Biernat jest twórcą i pomysłodawcą Centrum Sportu i Rehabilitacji Biernat. Jest autorem pierwszej w Polsce książki na temat prewencji urazów w sporcie pt. „Prewencja urazów w siatkówce”.

Uczestnik, prelegent, organizator wielu międzynarodowych szkoleń i konferencji w zakresie medycyny sportowej, treningu i fizjoterapii.

Kontakt



Wioleta Wójcik

email: dofinansowania@med-coach.pl

tel: (+48) 537 453 003

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Organizator zapewnia materiały szkoleniowe: skrypt, notatnik, długopisy i dostęp do filmów instruktażowych.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest potwierdzenie kierunkowego wykształcenia w zakresie fizjoterapii/osteopatii, tj. numer potwierdzający prawo wykonywania zawodu fizjoterapeuty/skan dyplomu ukończenia studiów na kierunku fizjoterapia/osteopatia, skan zaświadczenia potwierdzającego status studenta na kierunku fizjoterapia/osteopatia.

Informacje dodatkowe

Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.

Organizator szkolenia zapewnia catering w przerwach kawowo-deserowych (napoje ciepłe i zimne, owoce, bakalie i słodkie przekąski) oraz umożliwia zamówienie cateringu w przerwie lunchowej (dodatkowo płatne).

Przed zgłoszeniem na usługę prosimy o zapis na szkolenie przez stronę: <https://med-coach.pl/szkolenia-kursy> w celu rezerwacji miejsca na szkoleniu.

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna to 45 minut, sumarycznie to 9 godzin), co stanowi 6 godzin i 45 minut zegarowych. W czasie trwania zajęć praktycznych uczestnicy mają możliwość wykonywania krótkich przerw.

Szkolenie jest zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 26 podpunkt a ustawa o VAT lub w przypadku kursów dofinansowanych ze środków publicznych w min. 70% zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 29 c.

