

# Usługa - Stopa - nasza podpora



4.7/5 z 1612 ocen

## Stopa - nasza podpora

Numer usługi: 2021/09/30/36350/1189218

Dostawca usług: Niepubliczna Placówka Kształcenia Ustawicznego "MED COACH"

Miejsce usługi: Kraków

Dostępność: Usługa otwarta

Forma świadczenia: stacjonarna

Status usługi: opublikowana



750,00 zł netto za osobę

750,00 zł brutto za osobę

75,00 zł netto za osobogodzinę

75,00 zł brutto za osobogodzinę



Rodzaj  
Usługa szkoleniowa



Kategoria / Podkategoria  
Zdrowie i medycyna / Medycyna



Dofinansowanie  
Tak



20.08.2022

## 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: 19-08-2022

Liczba godzin usługi: 10

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

## Ramowy program usługi

### Zakres tematyczny:

- Wstęp – trochę anatomii funkcjonalnej, biomechaniki
- Stopa pierwotna a cywilizacyjna
- Funkcje stopy
- Stopa stabilna czy mobilna?
- Stopa supinacyjna czy pronacyjna?
- Najczęstsze urazy w obrębie stopy i stawu skokowego
- Skręcenie stawu skokowego – następstwa, postępowanie, powikłania
- CAI (przewlekła niestabilność stawu skokowego) – aktualne spojrzenie
- Zmian systemu push-pull a stopa i staw skokowy
- Tendinopatia ścięgna Achillesa – 2 rodzaje urazu, postępowanie
- Rozciągnięto podeszwowe / ostroga – postępowanie
- Typowa stopa cywilizacyjna
- Core foot system
- Obuwie a stopa (shoe vs barefoot)
- Wkładki a stopa – aktualne rekomendacja
- Trening na niestabilnym czy stabilnym podłożu
- Prawidłowy schemat chodu
- Stopa podczas biegu
- Jak dzisiaj powinniśmy ćwiczyć stopę?
- Przykłady ćwiczeń

## 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.	20-08-2022	09:00	09:15	00:15
Wstęp - trochę anatomii funkcjonalnej i biomechaniki.	20-08-2022	09:15	09:45	00:30
Stopa pierwotna a cywilizacyjna. Funkcje stopy.	20-08-2022	09:45	10:30	00:45
Stopa stabilna czy mobilna? Stopa supinacyjna czy pronacyjna? Najczęstsze urazy w obrębie stopy i stawu skokowego.	20-08-2022	10:45	11:30	00:45
Skręcenie stawu skokowego - następstwa, postępowanie, powikłanie. CAI (przewlekła niestabilność stawu skokowego). Zmiana systemu push-pull a stopa i staw skokowy.	20-08-2022	11:30	12:30	01:00
Tendinopatia ścięgna Achillesa - 2 rodzaje urazu, postępowanie.	20-08-2022	12:30	13:30	01:00
Typowa stopa cywilizacyjna. Core foot system.	20-08-2022	13:45	14:30	00:45
Obuwie a stopa (shoos vs barefoot). Wkładki a stopa - aktualne rekomendacje. Trening na niestabilnym czy stabilnym podłożu.	20-08-2022	14:30	15:30	01:00
Prawidłowy schemat chodu. Stopa podczas biegu. Jak dzisiaj powinniśmy ćwiczyć stopę - przykłady ćwiczeń.	20-08-2022	15:30	16:30	01:00
Dyskusja i pytania. Rozdanie certyfikatów, zakończenie szkolenia.	20-08-2022	16:30	17:00	00:30

## Główny cel usługi

### Cel edukacyjny

Celem kursu jest zapoznanie Uczestnika z najnowszą, szczegółową wiedzą na temat diagnostyki i leczenia stopy oraz jej 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 stopy,
- zrozumie interakcję mięśni i ich wpływ na prawidłową pracę stopy,
- poznał zaburzenia w obrębie stopy oraz różne metody ich diagnostyki,

Po zakończeniu szkolenia Uczestnik w zakresie umiejętności:

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

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 750,00 zł

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto 750,00 zł

Koszt osobogodziny netto 75,00 zł

Koszt osobogodziny brutto 75,00 zł

---

Adres realizacji usługi

ul. Beskidzka 30C, 30-611 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



### Paulina Porębska

email: [dofinansowania@med-coach.pl](mailto:dofinansowania@med-coach.pl)

tel: (+48) 694 806 689

---

### 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 złożeniem wniosku o dofinansowanie prosimy o kontakt mailowy lub telefoniczny w celu potwierdzenia dostępności miejsc na szkolenie oraz o zapis na listę Uczestników przez stronę <https://med-coach.pl/szkolenia-kursy> w celu rezerwacji miejsca na wybrany kurs

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna to 45 minut, sumarycznie to 10 godzin), co stanowi 7 godzin i 30 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.

