



Stopa - nasza podpora

Numer usługi 2023/12/13/36350/2036852

900,00 PLN brutto

900,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

Niepubliczna

Placówka

Kształcenia

Ustawicznego "MED

COACH"



📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 9 h

📅 19.10.2024 do 19.10.2024

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Grupę docelową usługi stanowią: - fizjoterapeuci/ terapeuci manualni/masażyści/osteopaci/lekarze/dietetycy - studenci kierunków fizjoterapia/osteopatia/technik masażysta - osoby posiadające kierunkowe wykształcenie w zawodzie: masażysta, technik fizjoterapii, technik masażysta, trener personalny, trener przygotowania motorycznego, trener sportu - osoby aktywne ruchowo zainteresowane trenowaniem bez urazów
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	26
Data zakończenia rekrutacji	18-10-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	9
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

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,
- rozumie interakcję mięśni i ich wpływ na prawidłową pracę stopy,
- zna 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 dokończenia się,
- posiada zdolność do autonomicznego i odpowiedzialnego podejmowania się terapii.

Sposób weryfikacji efektów uczenia się

Forma zaliczenia:

1. Obecność min 80%
2. Ustna ocena i analiza przypadków klinicznych
3. Wykonywanie zadań praktycznych zgodnie z instrukcjami prowadzących

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Program

Łączna liczba dni, w których zostanie przekazana wiedza oraz umiejętności praktyczne opisane w programie: 1 dzień

Liczba godzin kursu: 9 h dydaktycznych, co stanowi około 7 h zegarowych.

W harmonogramie ujęto również przerwy - łącznie 1 h zegarowa w ciągu 1 dnia.

Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia oraz ich potrzeb.

Zakres tematyczny:

- Wstęp – anatomia funkcjonalna i biomechanika
- 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
- Rozciągnięno podeszwowe / ostroga – postępowanie
- Typowa stopa cywilizacyjna
- Core foot system
- Obuwie a stopa (shoe vs barefoot)
- Wkładki a **stopa kurs** – aktualne rekomendacja
- Trening na niestabilnym czy stabilnym podłożu
- Prawidłowy schemat chodu
- Stopa podczas biegu
- Jak dzisiaj powinniśmy ćwiczyć stopę?
- Przykłady ćwiczeń

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Wstęp – anatomia funkcjonalna i biomechanika. Stopa pierwotna a cywilizacyjna. Funkcje stopy.	dr Ryszard Biernat	19-10-2024	09:00	10:30	01:30
2 z 8 Stopa stabilna czy mobilna? Stopa supinacyjna czy pronacyjna? Najczęstsze urazy w obrębie stopy i stawu skokowego.	dr Urszula Biernat	19-10-2024	10:30	11:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>3 z 8 Skręcenie stawu skokowego – następstwa, postępowanie, powikłania CAI (przewlekła niestabilność stawu skokowego) – aktualne spojrzenie. Zmian systemu push-pull a stopa i staw skokowy.</p>	dr Urszula Biernat	19-10-2024	11:30	12:30	01:00
<p>4 z 8 Tendinopatia ścięgna Achillesa – 2 rodzaje urazu, postępowanie.</p>	dr Urszula Biernat	19-10-2024	12:30	13:30	01:00
<p>5 z 8 Przerwa obiadowa</p>	dr Ryszard Biernat	19-10-2024	13:30	14:30	01:00
<p>6 z 8 Rozciągno podeszwowe / ostroga – postępowanie. Typowa stopa cywilizacyjna. Core foot system.</p>	dr Ryszard Biernat	19-10-2024	14:30	15:30	01:00
<p>7 z 8 Obuwie a stopa (shoe vs barefoot). Wkładki a stopa kurs – aktualne rekomendacja. Trening na niestabilnym czy stabilnym podłożu.</p>	dr Urszula Biernat	19-10-2024	15:30	16:30	01:00
<p>8 z 8 Prawidłowy schemat chodu. Stopa podczas biegu. Jak dzisiaj powinniśmy ćwiczyć stopę?</p>	dr Ryszard Biernat	19-10-2024	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

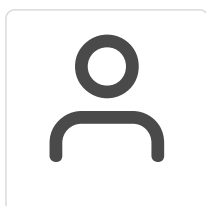
Liczba prowadzących: 2



1 z 2

dr Ryszard Biernat

Ryszard Biernat jest absolwentem Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie (kierunek wychowanie fizyczne ze specjalizacją w rehabilitacji ruchowej; w 2008 roku uzyskał stopień Doktora w zakresie rehabilitacji ruchowej). 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. Aktualnie prowadzi firmę pod nazwą Ruch i Rehabilitacja. 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.



2 z 2

dr Urszula Biernat

Dr Urszula Biernat jest absolwentką Akademii Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu na kierunku wychowanie fizyczne ze specjalizacją w rehabilitacji ruchowej. W 2016 roku uzyskała stopień Doktora w zakresie rehabilitacji ruchowej. W latach 2006 – 2014 była zatrudniona jako fizjoterapeutka w Centrum Rehabilitacji Ruchowej im. Stefana Bołoczko przy Olsztyńskiej Szkole Wyższej, obecnie Centrum Sportu i Rehabilitacji Biernat. Prowadziła rehabilitację pacjentów po ciężkich zabiegach operacyjnych, jak również zajmowała się planowaniem treningów siłowych i funkcjonalnych. Pracowała ze znanymi sportowcami (piłka siatkowa – m.in. Łukasz Kadziewicz,

Paweł Zagumny, Andrzej Wrona, Agnieszka Bednarek-Kasza, Patrycja Polak, piłka ręczna – Adam Wiśniewski, Daniel Żółtak, Piotr Grabarczyk) pomagając im wrócić do treningów specjalistycznych. Prowadziła obsługę urządzeń typu Biodex 3 Pro, MTD, BTS-Smart. Od czerwca 2017 jest zatrudniona w Szpitalu Świętego Łukasza w Bielsku-Białej na stanowisku kierownika rehabilitacji/fizjoterapeutki. W swojej pracy specjalizuje się w rehabilitacji ortopedycznej, uwzględniając zarówno rehabilitację przed jak i pooperacyjną.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Organizator zapewnia materiały szkoleniowe, takie jak: skrypt, notatnik, długopisy oraz dostęp do filmów instruktażowych.

Do dyspozycji uczestników są także materiały kosmetyczno- higieniczne oraz specjalistyczny sprzęt fizjoterapeutyczny (jedna leżanka na dwie osoby wyposażona w półwałek, poduszkę, koc i pisaki do ciała).

Na Sali znajdować się będą modele anatomiczne: kręgosłup, szkielet całego człowieka, czaszka osteopatyczna.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest :

1. Posiadanie ważnego numeru ID wsparcia
2. Zapisanie się na wybraną usługę przez stronę Med Coach (z zaznaczeniem opcji: Dofinansowanie BUR):
<https://med-coach.pl/szkolenia-kursy/stopa-nasza-podpora/42>
3. Przesłanie na adres: **dofinansowania@med-coach.pl** podpisanego oświadczenia dotyczącego udziału i pokrycia kosztów szkolenia, który zostanie automatycznie przesłany po zapisie.
4. W szkoleniu mogą wziąć udział osoby wskazane w sekcji "Grupa docelowa usługi"

Informacje dodatkowe

- Cena kursu nie zawiera kosztów wyżywienia, zakwaterowania i podróży.
- 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.
- W zależności od wymogów Operatorów i kwot dofinansowań, mogą pojawić się dodatkowe dopłaty do kursu.
- **Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.**

Adres

Warszawa

Warszawa

woj. mazowieckie

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

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

- Wi-fi

Kontakt



Karolina Gacal

E-mail dofinansowania@med-coach.pl

Telefon (+48) 694 806 689