



OŚRODEK
SZKOLENIOWO-
WDROŻENIOWY
MAREK SZARATA
SP. Z O. O.



Szkolenie: Terapia ruchem w treningu medycznym

Numer usługi 2024/04/24/5241/2134016

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 15 h

📅 08.06.2024 do 09.06.2024

1 600,00 PLN brutto

1 600,00 PLN netto

106,67 PLN brutto/h

106,67 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	W szkoleniu mogą wziąć udział fizjoterapeuci, masażyści, trenerzy personalni. W kursie mogą wziąć udział zarówno początkujący, jak i doświadczeni terapeuci, których celem jest wzbogacenie swojej wiedzy o nowe, praktyczne umiejętności.
Minimalna liczba uczestników	10
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	07-06-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	15
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do pracy trenerów i fizjoterapeutów, którzy chcą ugruntować swój warsztat dotyczący kompleksowej terapii ruchem z klientem / pacjentem, oraz

masażystów i terapeutów, których celem jest wzbogacenie swojej wiedzy o nowe, praktyczne umiejętności.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie pracuje z pacjentem w przychodniach, szpitalach, gabinetach oraz w klubach sportowych w zakresie stosowania technik wykonywania ćwiczeń, nauczania oraz kompleksowego planowania i prowadzenia procesu usprawniania u pacjentów z różnymi uszkodzeniami w obrębie danego stawu	Uczestnik definiuje prawidłową postawę ciała i pozycje wyjściowe do ćwiczeń	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje najczęściej zaburzone grupy mięśniowe i segmenty ciała w życiu codziennym i w konkretnych dyscyplinach sportowych	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje metody przywracania elastyczności tkanek miękkich oraz zwiększania ruchomości w obrębie stawów.	Test teoretyczny
	Uczestnik określa metody prewencji i leczenia ruchem wraz z testami diagnostycznymi najczęściej spotykanych przypadków w gabinecie.	Test teoretyczny
	Uczestnik planuje rehabilitację i programuje trening - mobilność/stretching - w oparciu o aktualny stan pacjenta, jego możliwości i ograniczenia ruchowe	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Dokument potwierdza że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach.

Wskazana liczba godzin szkolenia (16h) jest określona w godzinach zegarowych.

Dzień 1 Teoria+Praktyka

9:00 – 10:30 – TEORIA

- Wprowadzenie do terapii ruchem i diagnostyki funkcjonalnej jako ogólne spojrzenie na ocenę układu ruchu
- Omówienie najczęściej zaburzonych grup mięśniowych i segmentów ciała w życiu codziennym i w konkretnych dyscyplinach sportowych

10:30 – 13:00 – PRAKTYKA, część 1

- Metody przywracania elastyczności tkanek miękkich oraz zwiększania ruchomości w obrębie stawów – szczegółowe koncepcje pracy:
 - automasaż mięśniowo-powięziowy,
 - techniki po-izometrycznej relaksacji mięśniowej
 - metody aktywnego rozciągania i mobilizacji stawowych.

13:00 – 14:00 – Przerwa lunchowa

14:00 – 18:00 – PRAKTYKA, część 2

- Metody prewencji i leczenia ruchem wraz z testami diagnostycznymi najczęściej spotykanych przypadków w gabinecie, np.:
 - Skręcenie stawu skokowego i jego następstwa
 - Zapalenie ścięgna Achillesa
 - Kolano biegacza / Kolano skoczka

Podsumowanie pierwszego dnia i odpowiedzi na pytania kursantów.

Dzień 2 Praktyka

9:00 – 13:00 – PRAKTYKA, część 3

Metody prewencji i leczenia ruchem wraz z testami diagnostycznymi najczęściej spotykanych przypadków w gabinecie, np.:

- Zespół kanału cieśni nadgarstka
- Łokieć tenisisty / Łokieć golfisty
- Niestabilność obręczy barkowej

13:00 – 14:00 – Przerwa lunchowa

14:00 – 16:00 PRAKTYKA, część 4

- Ćwiczenia korekcyjne dla wad postawy w zespole skrzyżowania dolnego i górnego – protokoły postępowania
- Podsumowanie całego szkolenia i odpowiedzi na pytania kursantów

16:00-17:00 Walidacja

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 6

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Teoria:Wprowadzenie do terapii ruchem i diagnostyki funkcjonalnej jako ogólne spojrzenie na ocenę układu ruchu	Tomasz Leśnikowski	08-06-2024	09:00	10:30	01:30
2 z 6 PRAKTYKA, część 1Metody przywracania elastyczności tkanek miękkich oraz zwiększania ruchomości w obrębie stawów – szczegółowe koncepcje pracy	Tomasz Leśnikowski	08-06-2024	10:30	13:00	02:30
3 z 6 PRAKTYKA, część 2Metody prewencji i leczenia ruchem wraz z testami diagnostycznymi najczęściej spotykanych przypadków w gabinecie.	Tomasz Leśnikowski	08-06-2024	14:00	18:00	04:00
4 z 6 PRAKTYKA, część 3 Metody prewencji i leczenia ruchem wraz z testami diagnostycznymi najczęściej spotykanych przypadków w gabinecie.	Tomasz Leśnikowski	09-06-2024	09:00	13:00	04:00
5 z 6 PRAKTYKA, część 4 Ćwiczenia korekcyjne dla wad postawy w zespole skrzyżowania dolnego i górnego – protokoły postępowania.	Tomasz Leśnikowski	09-06-2024	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 6 Walidacja	-	09-06-2024	16:00	17:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 600,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	106,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	106,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tomasz Leśnikowski

Mentor Trenerów Personalnych oraz międzynarodowy wykładowca placówek ProFi Academy i Rep's Polska, prowadzi szkolenia stacjonarne i webinary on-line dla trenerów personalnych i instruktorów fitness w całej Polsce. Prelegent na cenionych konferencjach i targach w branży fitness.

Na co dzień pracuje indywidualnie z osobami w różnym przedziale wiekowym, skupiając się nad niwelowaniem wad postawy, przywracaniem do zdrowia po kontuzjach oraz osiąganiem możliwie najlepszej sylwetki. Swoje kompetencje poszerzam dodatkowo o naukę masażu leczniczych, które dopełniają całokształt mojej pracy z klientem.

Właściciel prywatnego studia rehabilitacyjno-treningowego w Poznaniu – Studio Treningowe Orłów.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc.

Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych.

Adres

ul. Beskidzka 30C

30-611 Kraków

woj. małopolskie

Miejsce szkolenia: LaLoba Care&Activity , ul. Beskidzka 30C 30-611 Kraków

Kontakt



Jolanta Przybyszewska

E-mail szkolenia.mtg@gmail.com

Telefon (+48) 662 310 264