



"Czytanie ciała, planowanie i praca w serii zabiegów terapeutycznych".

Numer usługi 2024/06/06/5241/2173451

4 320,00 PLN brutto

4 320,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

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



📍 Olsztyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 48 h

📅 07.10.2024 do 13.10.2024

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników wsparcie dla osób indywidualnych
Grupa docelowa usługi	W szkoleniu mogą wziąć udział wszystkie osoby pracujące z ciałem: aspirujących i praktykujących integratorów strukturalnych, fizjoterapeutów i przede wszystkim masażyстів, którym umożliwi wejście na wyższy poziom pracy z ciałem – niezależnie, czy praktykują masaż leczniczy, relaksacyjny czy ich kombinację.
Minimalna liczba uczestników	10
Maksymalna liczba uczestników	34
Data zakończenia rekrutacji	06-10-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	48
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest wzbogacenie warsztatu terapeutycznego kursantów, który ma na celu odejście od mechanicznego powtarzania tych samych ruchów i technik na każdym pacjencie. Wypracowanie bardziej kreatywnej i intuicyjnej pracy na konkretny cel terapeutyczny.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą z zakresu wykonywania serii zabiegów.	Definiuje model sesji terapeutycznej.	Debata swobodna
	Komunikuje się z pacjentem na temat sposobu pracy z ciałem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Definiuje znaczenie body readingu (ang. czytania ciała) i jego przewagą nad rozpoczynaniem zabiegu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Tak, 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?

Tak, 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?

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

DZIEŃ 1

9:00-9:45:

Powitanie i wprowadzenie

Wykład i dyskusja na temat filozofii przeprowadzania serii zabiegów oraz konfrontacja z rzeczywistością powszechnych wyobrażeń na temat sesji pracy z ciałem.

9:45-11:00:

- Komunikacja z klientami na temat sposobu pracy z ciałem
- Przełamanie powszechnego modelu sesji terapeutycznej, szczególnie w przypadku masażu
 - Cele klienta
 - Czas trwania sesji
 - Odzież i zasady okrywania ciała
 - Znaczenie body readingu (ang. czytania ciała) i jego przewaga nad rozpoczynaniem zabiegu od natychmiastowego kładzenia klienta na stole do masażu
 - Komunikacja z klientem na początku i na końcu sesji

11:00-11:15

Przerwa poranna

11:15-13:00:

- RUCHOMOŚĆ ŻEBER – jedno z najpopularniejszych zagadnień z zakresu badania na zajęciach praktycznych; techniki bardzo przydatne w przywracaniu prawidłowego wzorca oddechowego
 - Badanie palpacyjne "zablokowanych" (nie "wypadniętych") żeber
 - Ruch wdechu/wydechu typu „rączki od wiadra”, ograniczenia rotacyjne w ruchu „żaluzji”, ślizg przód/tył w stawie żebrowo-kręgowym

13:00-14:00:

Lunch

14:00-15:30:

- Pogłębianie oddechu
 - Wzorce posturalne zablokowania w ustawieniu wdechowym/wydechowym
- Relacja pomiędzy wzorcami napięć przód/tył i przywracanie równowagi
 - Zespół skrzyżowania górnego i dolnego
- Uwolnienie obręczy barkowej
 - Uwalnianie łopatki (w stosunku do żeber)
 - Uwalnianie kości ramiennej (w stosunku do łopatki)

15:30-16:00:

Body reading klatki piersiowej i ramion w celu określenia celów terapeutycznych

16:00-17:00

- Wykład na temat anatomii górnej części ciała
- Demonstracja mobilizacji mięśni, powięzi i stawów w obrębie barku i klatki piersiowej
- Ćwiczenia w parach
- Krótka demonstracja: Jak wpleść w sesję terapeutyczną elementy całościowej pracy z ciałem, by zwiększyć efekt integracji u klienta

DZIEŃ 2

9:00-10:15:

Przywrócenie równowagi przód-tył w obrębie górnej części ciała, oparcowanie dolnej połowy, aby ułatwić jej dostosowanie się do wprowadzonych powyżej zmian.

10:15-11:15:

- Dyskusja/pytania do materiału z dnia pierwszego
 - Wykład na temat funkcji stopy ze szczególnym uwzględnieniem prawidłowego rozkładania ciężaru ciała; omówienie anatomii podudzia

11:15-11:30

Przerwa poranna

11:30-13:00:

- Dyskusja/pytania do materiału z dnia pierwszego
 - Wykład na temat funkcji stopy ze szczególnym uwzględnieniem prawidłowego rozkładania ciężaru ciała; omówienie anatomii podudzia

13:00-14:00:

Lunch

14:00-16:00:

- Cele drugiej sesji
 - Równoważenie wzorców napięć i mobilności w obrębie podudzi, stóp, stawów skokowych
 - Pronacja/supinacja
 - Inwersja/ewersja
 - Zgięcie podeszwowe i grzbietowe
- Body reading pod kątem funkcji stopy/stawu skokowego i podudzia
 - Obciążenia skrętne w obrębie biodra, kolana, stawu skokowego
 - Kontakt pięty z podłożem i odbicie (propulsja)
- Demonstracja na stopie i stawie skokowym
 - Restrykcje mięśniowo-powięziowe
 - Szczególny nacisk na mobilizację kostną
 - Równoważenie napięcia pronacja/supinacja
 - Równowaga napięć w obrębie kości sześciennej i łódkowatej
 - Łuk boczny i przyśrodkowy stopy
 - Zgięcie/wyprost w stawie skokowym
 - Staw skokowo-piszczelowy
 - Łuk poprzeczny stopy
 - Krótkie omówienie zapalenia rozciągna podeszwowego, zapalenia ścięgna Achillesa i bólu podudzia (shin splints)

16:00-17:00

- Ćwiczenia w parach
- Omówienie i demonstracja sposobu pracy, w którym przechodzi się od szczegółowego opracowania konkretnego obszaru do sesji integrującej całe ciało

DZIEŃ 3

9:00-10:30:

- Wykład na temat biomechaniki kręgosłupa i anatomii odcinka szyjnego oraz przejścia potyliczno-szyjnego
 - Prawo Fryette'a dotyczące ruchu kręgów w zgięciu bocznym i rotacji

10:30-11:15:

- Palpacja ruchu kręgów na całej długości kręgosłupa
- Demonstracja i ćwiczenia w parach: techniki tkanek miękkich w obrębie przedniej części szyi

11:15-11:30:

Przerwa poranna

11:30-13:00:

- Demonstracja i ćwiczenia w parach: techniki tkanek miękkich w obrębie karku

13:00-14:00:

Lunch

14:00-15:15:

Demonstracja i ćwiczenia w parach: mobilizacja stawów odcinka szyjnego kręgosłupa we wszystkich kierunkach ruchu
– Zgięcie, wyprost, rotacja, zgięcie boczne, "ślizg boczny"

15:15-15:30:

Przerwa popołudniowa

15:30-17:00

- Demonstracja i ćwiczenia w parach: połączenia kręgów szyjnych z czaszką

DZIEŃ 4

9:00-10:45:

- Wykład na temat anatomii i ruchomości miednicy w statyce i w ruchu
 - Inflare/outflare (otwarcie/zamknięcie), upslip/downslip, przodo- i tyłopochylenie, zmienności anatomiczne kolców biodrowych przednich górnych i tylnych górnych

10:45-11:30:

- Body reading
 - Ocena postawy ciała w statyce
 - Ocena ciała w trakcie chodu

11:30-11:45:

Poranna przerwa

11:45-12:45:

- Demonstracja i ćwiczenia w parach: dystalne przyczepy tkanek miękkich w obrębie miednicy
 - Mięsień prosty uda
 - Grupa tylna mięśni uda (hamstringi)
 - Mięśnie przywodziciele
 - Mięśnie odwodziciele
 - Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej

12:45-13:45:

Lunch

13:45-14:45:

Techniki tkanek miękkich i mobilizacja stawów w obrębie klatki piersiowej do zgięcia i wyprostu w pozycji siedzącej. Pokaz i praktyka.

14:45-15:15:

- Demonstracja i ćwiczenia w parach: proksymalne przyczepy tkanek w obrębie miednicy
 - Mięsień czworoboczny lędźwi
 - Przyczepy mięśnia najszerszego grzbietu do kości krzyżowej
 - Okolica więzadła biodrowo-lędźwiowego

15:15-15:30:

Przerwa popołudniowa

15:30-17:00

- Mobilizacja stawu biodrowego we wszystkich zakresach ruchu

DZIEŃ 5

9:00-10:45:

- Wykład na temat mobilności i równowagi napięć w obrębie miednicy
- Wykład i ćwiczenia w parach: przednia część miednicy
 - Mięsień lędźwiowy
 - Mięsień biodrowy
 - Mięsień prosty brzucha, mięśnie skośne, łuk żebrowy i przepona

10:45-11:30

Wykład ćwiczenia w parach: tylna część miednicy

– Powięź krzyżowa i lędźwiowa

11:30-11:45:

Poranna przerwa

11:45-12:45

Wykład ćwiczenia w parach: tylna część miednicy

– Mięśnie pośladkowe (wszystkie)

12:45-13:45

Lunch

14:45-15:15

Wykład ćwiczenia w parach: tylna część miednicy

- Głęboko położone rotatory stawu biodrowego (m. gruszkowaty, mm. bliźniacze, m. czworoboczny uda, m. zasłaniacz wewnętrzny)

15:15-15:30:

Przerwa popołudniowa

15:30-17:00

Wykład ćwiczenia w parach: tylna część miednicy:

– Kość ogonowa

DZIEŃ 6

9:00-10:45

- Wykład na temat pleców i kręgosłupa ze szczegółowym omówieniem trójpłaszczyznowego ruchu

10:45-11:30:

- Demonstracja i ćwiczenia w parach: praca w pozycji leżącej na boku; przodo- i tyłopochylenie miednicy z płynnym przejściem do odcinka lędźwiowego kręgosłupa

11:30-11:45

- Poranna przerwa
- 11:45-12:45:
 - Demonstracja i ćwiczenia w parach: praca w pozycji leżącej na boku; rotacja kręgosłupa i niezależna ruchomość obręczy miednicznej i barkowej
 - Demonstracja i ćwiczenia w parach: praca w pozycji leżącej na brzuchu; przejście szyjno-piersiowy
- 12:45-13:45
- Lunch
- 13:45-14:45:
 - Krótka demonstracja i ćwiczenia w parach: praca w leżeniu na boku; ruchomość szyi we wszystkich kierunkach
 - Demonstracja sposobu pracy terapeuty zmniejszającego obciążenia przenoszone z rąk na górny odcinek piersiowy i szyjny kręgosłupa

• 14:45-15:15:

- PRACA W POZYCJI SIEDZĄCEJ: MOBILIZACJA TKANEK MIĘKKICH I STAWÓW WE WSZYSTKICH PŁASZCZYZNACH.
Ten sposób pracy cieszy się zawsze dużym zainteresowaniem i stanowi doskonałe uzupełnienie dotychczas poznanych technik pracy z ciałem.

• 15:15-15:30:

Przerwa popołudniowa

16:00-17:00

- Walidacja
- Mobilizacja stawu biodrowego we wszystkich zakresach ruchu

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Sesja pracy z ciałem. Górna część ciała	Art Riggs	07-10-2024	09:00	17:00	08:00
2 z 7 Dolna część ciała.	Art Riggs	08-10-2024	09:00	17:00	08:00
3 z 7 Opracowanie okolicy głowy i szyi	Art Riggs	09-10-2024	09:00	17:00	08:00
4 z 7 Miednica i stawy biodrowe.	Art Riggs	11-10-2024	09:00	17:00	08:00
5 z 7 Miednica i górna część ciała.	Art Riggs	12-10-2024	09:00	17:00	08:00
6 z 7 Praca z powięzią oraz mobilizacją stawów	Art Riggs	13-10-2024	09:00	16:00	07:00
7 z 7 Walidacja	-	13-10-2024	16:00	17:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 320,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 320,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Art Riggs

Art Riggs, to amerykański Certyfikowanym Zaawansowany Rolfer i światowej sławy instruktor w sferze masażu. Niekwestionowany specjalista w swojej dziedzinie, autor wielu książek i publikacji. Studiował na Uniwersytecie Drake w Des Moines na kierunku psychologia. Następnie kontynuował naukę na kierunku English and Education. W 1979 roku rozpoczął studia na Uniwersytecie Kalifornijskim Berkeley na kierunku Fizjologia Wysiłku.

Od 1987 roku prowadzi w Kalifornii prywatną praktykę jako Certyfikowany Zaawansowany Rolfer, specjalizując się głównie w uwalnianiu mięśniowo-powięziowym i współpracując przede wszystkim ze sportowcami, muzykami i tancerzami.

Doświadczenie zawodowe i edukacyjne zdobywał pracując m.in. jako Masażysta i Rolfer w Bay Area Physical Teraphy w Oakland czy ucząc masażu tkanek głębokich wg autorskiego programów Instytucie Mckinnon.

Certyfikowanym Zaawansowany Rolfer

Od 2016 roku prowadzi kursy Masażu Tkanek Głębokich w Polsce, na które został zaproszony przez Firmę Szkoleniową masażtkanekgłębokich.pl

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma w cenie pełne nagranie kursu prowadzonego przez Artę Riggsa.

Informacje dodatkowe

Kursanci otrzymują skrypt oraz artykuły Artę Riggs, które do tej pory przetłumaczone zostały na zlecenie MTG.PL.

Adres

al. Aleja Warszawska 39
10-081 Olsztyn
woj. warmińsko-mazurskie

Hotel Olsztyn Old Town, Al. Warszawska 39,10-081 Olsztyn Wejście od ulicy Śliwy sala poziom -1

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Jolanta Przybyszewska



E-mail szkolenia.mtg@gmail.com

Telefon (+48) 517 764 644