



Karol Sitarz
Fizjoactiv



ZOGA Therapy Wady Postawy

Numer usługi 2024/07/17/15046/2224883

- 📍 Lublin / stacjonarna
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 🕒 42 h
- 📅 01.04.2025 do 05.04.2025

3 600,00 PLN brutto

3 600,00 PLN netto

85,71 PLN brutto/h

85,71 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników wsparcie dla osób indywidualnych
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none">• Kurs skierowany jest do fizjoterapeutów i lekarzy pracujących z dziećmi, studentów wymienionych kierunków.• Uczestnicy powinni być zaznajomieni z anatomią i fizjologią człowieka. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	26
Data zakończenia rekrutacji	28-03-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	42
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu jest nabycie przez kursantów umiejętności samodzielnego przeprowadzania oceny prawidłowej postawy i ruchu oraz strategii terapeutyczne opierających się na wybranych technikach na tkankach głębokich oraz ćwiczeniach z zakresu metody Zoga Movement, które wspomagają proces terapeutyczny.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą z zakresu oceny postawy i ruchu	Opisuje proces oceny postawy i ruchu	Wywiad ustrukturyzowany
	Wymienia techniki skutecznie wpływające na strukturę ruchu i postawę	Wywiad ustrukturyzowany
	Charakteryzuje nieprawidłowości występujące w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa	Wywiad ustrukturyzowany
	Opisuje zależności między tkankami głębokimi a wadami postawy	Wywiad ustrukturyzowany
	Dokonuje oceny prawidłowej postawy i ruchu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Samodzielnie planuje i wykonuje działania terapeutyczne z uwzględnieniem potrzeb i problemów klienta	Tworzy strategie terapeutyczne dla pacjentów z wadami postawy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje w pracy z pacjentem techniki wpływające na strukturę i ruch w obszarze stopy i kończyn dolnych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje techniki kierowania ruchem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje techniki na tkankach głębokich w pracy z pacjentem z wadami postawy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje ćwiczenia Zoga Movement w pracy z pacjentem z wadami postawy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Współpracuje wewnątrz interdyscyplinarnych zespołów medycznych	Stosuje specjalistyczne słownictwo przy opisie stanu pacjentów	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?

Uczestnik otrzymuje zaświadczenie potwierdzające osiągnięcie opisanych efektów kształcenia w zakresie wiedzy, umiejętności oraz kompetencji społecznych.

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

Uczestnik otrzymuje zaświadczenie potwierdzające, 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?

Uczestnik otrzymuje zaświadczenie potwierdzające zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:

- Kurs skierowany jest do fizjoterapeutów i lekarzy pracujących z dziećmi, studentów wymienionych kierunków.
- Uczestnicy powinni być zaznajomieni z anatomią i fizjologią człowieka. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji wykładowcy jest tablica flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, maty, piłki, model szkieletu człowieka, modele anatomiczne stawów i kręgosłupa.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania usługi: 42 godziny dydaktyczne (w zakres godzinowy kursu nie są wliczane przerwy)

Liczba godzin zajęć teoretycznych: 8

Liczba godzin zajęć praktycznych: 34

Za jedną godzinę dydaktyczną przyjmuje się 45 minut.

Zakres tematyczny oraz opis treści nauczania:

- Ocena prawidłowej postawy i ruchu - interakcja stopy z podłożem i konsekwencjach braku tej równowagi w reszcie ciała
- Strategie terapeutyczne - tworzenie strategii dla poprawy mechaniki stopy i nogi, dla stabilności miednicy i wydajności kręgosłupa.
- Stopa i kończyna dolna:
 - Techniki skutecznie wpływające na strukturę i ruch w obszarze stopy i kończyn dolnych.
 - Uzupełnienie technik manualnych o techniki kierowania ruchem.
- Klatka piersiowa i kręgosłup:
 - Nieprawidłowości występujące w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa.
 - Praca nad przywróceniem prawidłowej ruchomości i postawy ciała.
- Spirala mięśniowo-powięziowa:
 - Omówienie przebiegu oraz analiza funkcjonalna tego w jaki sposób zaburzenia napięcia w obrębie tych struktur będą wpływały na ustawienie stóp, kolan czy również miednicy względem klatki piersiowej.
- Tkanki głębokie a wady postawy - tkanki głębokie, połączenia mięśniowo-powięziowe kończyn górnych i funkcjonalne połączenia tkanek w ciele.
- Omówienie w/w wymienionych przebiegów połączeń mięśniowo-powięziowych i korespondujących z nimi wad postawy.
- Nauka wybranych technik na tkankach głębokich.
- Ćwiczenia zalecane pacjentom do domu z zakresu metody Zoga Movement, które wspomagać będą proces terapeutyczny.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 22

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>1 z 22 Wprowadzenie. Cele i zasady pracy według metody Zoga Movement. Wykład 1h dyd 15 min</p>	Piotr Radosz	01-04-2025	09:00	10:00	01:00
<p>2 z 22 Analiza i ocena zaburzeń posturalnych w płaszczyźnie strzałkowej. Omówienie anatomii i biomechaniki obszaru, body reading - pokaz instruktora i praca w grupach 1h dyd 15 min</p>	Piotr Radosz	01-04-2025	10:00	11:00	01:00
<p>3 z 22 Analiza i ocena zaburzeń posturalnych w płaszczyźnie czołowej i poprzecznej. Omówienie anatomii i biomechaniki obszaru, body reading - pokaz instruktora i praca w grupach 2hdyd 15 min</p>	Beata Anderko	01-04-2025	11:15	13:00	01:45
<p>4 z 22 Sekwencje ruchowe Zoga Movement. 30 min</p>	Beata Anderko	01-04-2025	14:00	14:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>5 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący stopy płaskiej i koślawości kolan. Anatomia, palpacja i przećwiczenie technik w parach. 3h dyd 15 min</p>	Beata Anderko	01-04-2025	14:30	17:00	02:30
<p>6 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący przechylenia goleni i kolan szpotawych. Palpacja i przećwiczenie technik w parach. 2h dyd 30 min</p>	Piotr Radosz	02-04-2025	09:00	11:00	02:00
<p>7 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący stopy wydrążonej. Palpacja i przećwiczenie technik w parach 2h dyd 15 min</p>	Piotr Radosz	02-04-2025	11:15	13:00	01:45
<p>8 z 22 Sekwencje ruchowe korygujące omówione do tej pory wady postawy. 30 min</p>	Beata Anderko	02-04-2025	14:00	14:30	00:30
<p>9 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący miednicy (przodopochylenie i tyłopochylenie). Anatomia, palpacja i przećwiczenie technik w parach. 3h dyd 15 min</p>	Beata Anderko	02-04-2025	14:30	17:00	02:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>10 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący brzucha i klatki piersiowej. Anatomia, palpacja i przećwiczenie technik w parach. 2h dyd 30 min</p>	Beata Anderko	03-04-2025	09:00	11:00	02:00
<p>11 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący klatki piersiowej i żeber. Anatomia, palpacja i przećwiczenie technik w parac. 2h dyd 15 min</p>	Beata Anderko	03-04-2025	11:15	13:00	01:45
<p>12 z 22 Sekwencje ruchowe korygujące omówione do tej pory wady postawy. 30 min</p>	Piotr Radosz	03-04-2025	14:00	14:30	00:30
<p>13 z 22 Demonstracja pracy z pacjentem z wadą postawy. 2h dyd 30 min</p>	Piotr Radosz	03-04-2025	14:30	16:30	02:00
<p>14 z 22 Omówienie sesji demonstracyjnej. 30 min</p>	Piotr Radosz	03-04-2025	16:30	17:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>15 z 22 Pokaz anatomii, palpacji i technik terapeutycznych dotyczący odcinka szyjnego kręgosłupa. Touch - check - kontrola jakości dotyku .Ćwiczenie technik i dotyku w parach. 2h dyd 30 min</p>	Piotr Radosz	04-04-2025	09:00	11:00	02:00
<p>16 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący odcinka szyjnego kręgosłupa oraz głowy. Palpacja i przeciwiczenie technik w parach. 2h dyd 15 min</p>	Piotr Radosz	04-04-2025	11:15	13:00	01:45
<p>17 z 22 Sekwencje ruchowe korygujące omówione wcześniej wady postawy. 30 min</p>	Beata Anderko	04-04-2025	14:00	14:30	00:30
<p>18 z 22 Praca uczestników szkolenia na modelach z zewnątrz. 2h dyd 30 min</p>	Beata Anderko	04-04-2025	14:30	16:30	02:00
<p>19 z 22 Omówienie sesji na pacjentach. 30 min</p>	Beata Anderko	04-04-2025	16:30	17:00	00:30
<p>20 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący kręgosłupa . Palpacja i przeciwiczenie technik w parach. 2h dyd 30 min</p>	Beata Anderko	05-04-2025	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 22 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący obręczy barkowej. Palpacja i przećwiczenie technik w parach. 2h dyd 30 min	Beata Anderko	05-04-2025	11:30	13:30	02:00
22 z 22 Walidacja	-	05-04-2025	13:30	14:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 600,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	85,71 PLN
Koszt osobogodziny netto	85,71 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Piotr Radosz

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach. Jako terapeuta kontynuuje tradycje rodzinne i obecnie wraz z bratem prowadzi prywatne centrum fizjoterapii i osteopatii. Specjalizuje się w leczeniu dysfunkcji narządu ruchu i wad postawy. W pracy łączy różne koncepty terapii manualnej z dziedziny osteopatii, integracji strukturalnej i terapii Zoga Movement. W podejściu terapeutycznym traktuje organizm jako całość - nie skupia się wyłącznie na dysfunkcji, ale na zależnościach które prowadzą do jej powstania.

Ważniejsze kursy i szkolenia:

- Współczesne metody diagnozy i leczenia tkanek miękkich (Techniki energizacji mięśni cz1, cz2, Mięśniowo-powięziowe rozluźnianie, Techniki aktywnego rozluźniania, Dysbalans mięśniowo-

powięziowy) dr J. Ciechomski - 2007

- Szkolenie osteopatyczne Sutherland College of Osteopathic Medicine - uzyskany certyfikat terapii manualnej na kierunku osteopatia - 2010.

- Funkcjonalna terapia kranio - sakralna 2010

- Dysfunkcje Czaszkowo-Żuchwowe – od diagnozy do leczenia. Punkt widzenia stomatologa i osteopaty - 2012

- Scarwork 2019

- Integracja Strukturalna ATSI - certyfikacja - 2019

- Integracja strukturalna czaszki 2021

- Zoga Movement Therapy - certyfikacja - 2022



2 z 2

Beata Anderko

Fizjoterapeutka, ale również certyfikowana specjalistka w dziedzinie hipoterapii (od 2007 roku), PNF (od 2015 roku) oraz ZOGA Movement Therapy (od 2022 roku). Nieustannie rozwija swoje umiejętności poprzez udział w szkoleniach prowadzonych przez autorytety w dziedzinie fizjoterapii, takie jak Wojtek Cackowski, Sharon Wheeler, Jannie Clossen i wielu innych. Jako właścicielka gabinetu rehabilitacji od wielu lat, Beata wspólnie z doświadczonym zespołem terapeutów, pomaga pacjentom w powrocie do zdrowia i pełnej sprawności.

Kładzie szczególny nacisk na terapię manualną połączoną z ruchem, skupiając się również na pracy nad czaszką i kośćmi. Doskonała umiejętność czytania ciała pozwala jej precyzyjnie dobierać specjalistyczne techniki terapeutyczne, mające na celu osiągnięcie zamierzonego efektu zarówno strukturalnego, jak i funkcjonalnego.

Beata aktywnie wspiera lokalne inicjatywy sportowe i kulturalne poprzez swoją pracę. Dodatkowo, prowadzi zajęcia ruchowe z zakresu ZOGA Movement, co podkreśla jej pasję do zdrowego stylu życia.

Jako pasjonatka, nieustannie doskonali swoje umiejętności, poszerza wiedzę z zakresu anatomii sekcyjnej.

Jej zaangażowanie i profesjonalizm sprawiają, że jest ekspertką w dziedzinie fizjoterapii.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzymuje skrypt z opisem technik prezentowanych na zajęciach. W skrypcie kursanci mogą także umieszczać własne notatki. Każdy z uczestników otrzymuje także długopis i notatnik.

Warunki uczestnictwa

Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy przesłać na adres mailowy formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie <http://www.fizjoactiv.pl/>

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

Adres

ul. Krochmalna 3
20-401 Lublin
woj. lubelskie

Pomieszczenia, w których odbędą się zajęcia mieszczą się przy ul. Krochmalna 3 w Lublinie. Pomieszczenie wyposażone jest w projektor multimedialny, stoły i sprzęt rehabilitacyjny, krzesła. Uczestnicy będą mieli do swojej dyspozycji szatnię na pozostawienie odzieży wierzchniej.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karol Sitarz

E-mail ksfizjoactiv@gmail.com

Telefon (+48) 501 078 971