

DAWID KASOLIK  
SYNTONIC

## DNS - Dynamic Neuromuscular Stabilization (moduł A i B)

Numer usługi 2024/09/11/35015/2304244

📍 Tomaszowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 36 h

📅 06.12.2024 do 23.03.2025

4 780,00 PLN brutto

4 780,00 PLN netto

132,78 PLN brutto/h

132,78 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Fizjoterapeuci, osteopaci, masażyści, terapeuci manualni, chiropraktycy, neurologi, ortopedzi, psychologowie, lekarze, trenerzy personalni, trenerzy przygotowania motorycznego.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	12
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	22
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	04-12-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	36
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest uzyskanie przez uczestnika umiejętności teoretycznych oraz praktycznych na temat samodzielnego stosowania terapii DNS u pacjentów w różnych przypadkach klinicznych i w różnym wieku od dzieci do seniorów.

### Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Poznaje kinezylogię i ontogenezę w pierwszym roku życia	Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.	Wywiad swobodny
Analizuje i ocenia stabilizację kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej oraz wzorce oddechowe	Dokonanie prawidłowej analizy posturalnej pacjenta	Wywiad swobodny Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozróżnia i definiuje stabilizacje posturalną w różnych przypadkach klinicznych	Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.	Wywiad swobodny
Poznaje i wykorzystuje ćwiczenia dns w różnych pozycjach. Stosuje techniki relaksacyjne.	Dokonanie wyboru odpowiednich technik pracy z pacjentem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Wywiad swobodny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

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

Usługodawca po zrealizowaniu usługi wystawia uczestnikowi kursu zaświadczenie potwierdzające osiągnięcie zakładanego efektu uczenia, które zawiera m.in. dane uczestnika, nazwę usługi oraz informację na temat efektów uczenia się, które uczestnik kursu nabył w trakcie realizacji treści programu kursu.

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

W trakcie i po zakończeniu kursu następuje sprawdzenie wiedzy uczestników poprzez wywiad swobodny i obserwacje, obejmującą wiedzę wynikającą z treści programu kursu oraz samodzielne wykonanie terapii. Kryteria ich weryfikacji zawarte są w efektach nauczania.

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

Przeprowadzenie obserwacji w warunkach symulowanych, oraz wywiadu swobodnego obejmującego wiedzę teoretyczną, którą uczestnicy zdobyli podczas kursu oraz jego sprawdzenie przeprowadza osoba, która nie jest związana bezpośrednio z procesem kształcenia co zawarte jest w w/w zaświadczeniu

# Program

**Szkolenie odbywa się w sali zaopatrzonej w rzutni multimedialny, stoły terapeutyczne oraz miejsce z matami do ćwiczeń. W trakcie zajęć teoretycznych uczestnicy korzystają z miejsca przeznaczonego na naukę tematów teoretycznych. W czasie praktyki korzystają z kozetek terapeutycznych oraz mat do ćwiczeń. Zajęcia rozliczane są w godzinach zegarowych.**

## Moduł A

### 1. Kinezylogia rozwojowa, ontogeneza – podstawowe zagadnienia

Informacje związane z rozwojem człowieka, przebiegiem podstawowych wzorców ruchowych i ich zmianie w trakcie pierwszych miesięcy życia.

### 2. Fazy rozwoju w pierwszym roku życia

Podstawowe terminy i zagadnienia związane z fazami rozwoju motoryki w pierwszym roku życia człowieka. Ich prawidłowy przebieg.

### 3. Stabilizacja kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej, wzorce oddechowe.

Zagadnienia związane ze stabilizacją ciała w różnych segmentach organizmu. Analiza tej cechy z uwzględnieniem płaszczyzny strzałkowej oraz z jednoczesną analizą wzorców oddechowych i ich wpływu na w/w zagadnienia.

### 4. Testy posturalne DNS – system stabilizacji kręgosłupa.

Zagadnienia związane z analizą i wykorzystaniem testów posturalnych DNS w praktyce terapeutycznej. Informacje związane ze znaczeniem i wpływie systemu stabilizacyjnego na stan kręgosłupa.

5. Podstawy badania stabilizacji posturalnej i zasady leczenia  
Zasady leczenia pacjentów wykazujących problemy z systemem stabilizującym kręgosłup. Sposób prowadzenia terapii, indywidualizacja terapii, periodyzacja.

### 6. Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia

Zagadnienia związane ze stabilizacją posturalną ze szczególnym uwzględnieniem pozycji supinacyjnym. Wpływie tej pozycji na prawidłową i nieprawidłową postawę ciała u pacjentów. Przykłady leczenia oraz propozycje autoterapii.

### 7. Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia

Zagadnienia związane ze stabilizacją posturalną ze szczególnym uwzględnieniem pozycji pronacyjnych. Wpływie tej pozycji na prawidłową i nieprawidłową postawę ciała u pacjentów. Przykłady leczenia oraz propozycje autoterapii.

### 8. Stabilizacja posturalna – wyższe pozycje powiązane z rozwojem dziecka w okresie 3-14 miesięcy. Wstęp do modułu B.

## Moduł B

### 1. Zagadnienia związane z pozycjami wyższymi i ich wykorzystaniem w trakcie analizy pacjenta oraz leczeniu. Wstępne wprowadzenie w zagadnienia z modułu B.

### 2. Rozwój kinezylogiczny i ontogenetyczny. Przegląd podstawowych zasad

Zagadnienia związane z systematycznym przeglądem dotyczącym rozwoju motoryki w trakcie rozwoju osobniczego człowieka. Przegląd zasad dotyczących tego rozwoju.

### 3. Odruchy pierwotne, reakcje i aktywność posturalna w pierwszym roku życia. Rozwój funkcjonalny w pierwszym roku życia.

Rozróżnianie prawidłowego i patologicznego rozwoju. Problemy centralnej koordynacji.

Omówienie zagadnień związanych z występowaniem przetrwałych odruchów pierwotnych – ich wpływie na rozwój prawidłowej postawy ciała. Omówienie problemów związanych z dysfunkcją centralnej koordynacji.

### 5. Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach supinacyjnych.

Zaawansowane techniki wykorzystywania pozycji supinacyjnych w trakcie terapii pacjenta – periodyzacja, modyfikacja i indywidualizacja.

### 6. Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach pronacyjnych.

Zaawansowane techniki wykorzystywania pozycji pronacyjnej w trakcie terapii pacjenta – periodyzacja, modyfikacja i indywidualizacja.

### 7. Dysprakcja rozwojowa, DCD, funkcje korowe

Omówienie zagadnień związanych z dysfunkcjami w obszarze korowym centralnego układu nerwowego.

8. Warsztat pracy nad supinacją i pronacją.

Szczegółowa i zaawansowana praca nad technikami związanymi z supinacją i pronacją

9. Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – wstęp do podstawowych synergizmów mięśniowych. Modyfikacje i progresja ipsilateralnego wzorca ruchowego.

Szczegółowe omówienie i przećwiczenie zagadnień związanych z wykorzystaniem pozycji bocznych w trakcie analizy i leczenia pacjentów.

10 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – zaawansowane „wyższe” pozycje ontogenetyczne dla ćwiczeń aktywnych. Edukacja pacjenta.

Tematy związane z edukacją pacjenta w kwestii wykonywania ćwiczeń w prawidłowy sposób, prewencji i profilaktyki. Wykorzystanie zaawansowanych technik z wykorzystaniem wyższych pozycji ciała.

11. Podstawowe techniki mobilizacji i relaksacji.

Omówienie oraz praktyczne przećwiczenie narzędzi terapeutycznych wykorzystywanych do mobilizacji oraz relaksacji pacjenta.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 22

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 22</b> Kinezylogia rozwojowa, ontogeneza – podstawowe zagadnienia	Julia Demekova	16-12-2024	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 22</b> Fazy rozwoju w pierwszym roku życia	Julia Demekova	16-12-2024	10:45	12:30	01:45
<b>3 z 22</b> Stabilizacja kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej, wzorce oddechowe	Julia Demekova	16-12-2024	13:30	15:00	01:30
<b>4 z 22</b> Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych	Julia Demekova	16-12-2024	15:15	17:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>5 z 22</b> Podstawy badania stabilizacji posturalnej i zasady leczenia	Julia Demekova	17-12-2024	09:00	10:30	01:30
<b>6 z 22</b> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Julia Demekova	17-12-2024	10:45	12:30	01:45
<b>7 z 22</b> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Julia Demekova	17-12-2024	13:30	15:00	01:30
<b>8 z 22</b> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Julia Demekova	17-12-2024	15:15	17:00	01:45
<b>9 z 22</b> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Julia Demekova	18-12-2024	08:30	10:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>10 z 22</b>            Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia</p>	Julia Demekova	18-12-2024	10:45	12:30	01:45
<p><b>11 z 22</b>            Stabilizacja posturalna – wyższe pozycje powiązane z rozwojem dziecka w okresie 3-14 miesiąca. Wstęp do modułu B.</p>	Julia Demekova	18-12-2024	13:30	15:30	02:00
<p><b>12 z 22</b> Rozwój kinezyologiczny i ontogenetyczny. Przegląd podstawowych zasad</p>	Julia Demekova	21-03-2025	09:00	10:30	01:30
<p><b>13 z 22</b> Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach supinacyjnych.</p>	Julia Demekova	21-03-2025	13:30	15:00	01:30
<p><b>14 z 22</b> Testy posturalne DNS – system stabilizacji kręgosłupa</p>	Julia Demekova	21-03-2025	15:15	17:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach pronacyjnych	Julia Demekova	22-03-2025	09:00	10:30	01:30
16 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych	Julia Demekova	22-03-2025	10:45	12:30	01:45
17 z 22 Dysprakcja rozwojowa, DCD, funkcje korowe	Julia Demekova	22-03-2025	13:30	15:00	01:30
18 z 22 Warsztat pracy nad supinacją i pronacją	Julia Demekova	22-03-2025	15:15	17:00	01:45
19 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – wstęp do podstawowych synergizmów mięśniowych. Modyfikacje i progresja ipsilateralnego wzorca ruchowego	Julia Demekova	23-03-2025	08:30	10:30	02:00
20 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – zaawansowane „wyższe” pozycje ontogenetyczne dla ćwiczeń aktywnych. Edukacja pacjenta.	Julia Demekova	23-03-2025	10:45	12:45	02:00
21 z 22 Podstawowe techniki mobilizacji i relaksacji	Julia Demekova	23-03-2025	13:30	15:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 22 Walidacja	-	23-03-2025	15:00	15:30	00:30

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 780,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 780,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	132,78 PLN
Koszt osobogodziny netto	132,78 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### Julia Demekova

ukończyła studia magisterskie na II Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Karola. Odbyła miesięczny staż w klinice sportowej Do Dragao w Portugalii. Pracuje w Klinice Rehabilitacji i Medycyny Sportowej Szpitala Uniwersyteckiego Motol w Pradze jako fizjoterapeutka od 2016 roku. W 2018 roku rozpoczął nauczanie studentów fizjoterapii i medycyny na II Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Karola.



2 z 2

### Lenka Oplatkova

Mając ukończone studia licencjackie z fizjoterapii na Trzecim Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Karola w Pradze w 2002 roku, Lenka Oplatková rozpoczęła pracę jako fizjoterapeuta w Klinice Rehabilitacji Szpitala Uniwersyteckiego Motol w Pradze, koncentrując się na leczeniu pooperacyjnym rdzenia kręgowego.

W 2005 roku uzyskała tytuł magistra na Wydziale Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Karola. Została członkiem zespołu Kliniki Rehabilitacji Szpitala Uniwersyteckiego Motol kierowanej przez profesora Pavla Kolara, gdzie spędziła wiele lat pracując w Oddziale Rdzenia Kręgowego, w tym jako jego kierownik, zdobywając szerokie doświadczenie w pracy z pacjentami neurologicznymi.

Od powrotu po urlopie macierzyńskim pracuje w Oddziale Ambulatoryjnym Kliniki Rehabilitacji, gdzie duża liczba klientów to pacjenci neurologiczni i ortopedyczni oraz sportowcy.



Zajmując się leczeniem sportowców, Lenka specjalizuje się głównie w biegaczach i tenisistach.

Lenka ukończyła liczne kursy zawodowe, takie jak kursy Praskiej Szkoły Medycyny Manualnej i Rehabilitacji, Ruchu Refleksyjnego według Vojty i wiele innych, w tym mobilizację powięzi według Stecco, Mojžišovej, McKenzie, trening sportowy i tapowanie medyczne. Otrzymała certyfikat ukończenia kursu szkoleniowego z Lokomat.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt w formie papierowej

### Warunki uczestnictwa

Uczestnik zobowiązany jest do wcześniejszego zarejestrowania się na szkolenie poprzez stronę syntonic.pl w celu rezerwacji miejsca na szkolenie.

Wykształcenie medyczne - fizjoterapeuci, masażyści, lekarze, osteopaci lub wykształcenie dotyczące nauki o zdrowiu np: trenerzy przygotowania motorycznego, trenerzy.

### Informacje dodatkowe

Jeśli potrzebujesz pomocy to wejdź na naszą stronę, zaloguj się do panelu klienta i daj znać czy potrzebujesz nocleg, transport z lotniska lub chcesz zamówić jedzenie w trakcie szkolenia. W razie jakichkolwiek pytań zapraszamy do kontaktu z naszym centrum szkoleniowym.

[www.syntonic.pl](http://www.syntonic.pl)

**Podstawa zwolnienia z VAT: art.43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy o podatku od towarów i usług. Kurs organizowany w ramach Niepublicznej Placówki Kształcenia Ustawicznego „Syntonic” (numer RSPO: 478 034)**

## Adres

ul. Krakowska 68  
32-085 Tomaszowice  
woj. małopolskie

Dwór w Tomaszowicach

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Rzutnik cyfrowy, dostęp do restauracji

## Kontakt



**Aleksandra Gregorczyk**



**E-mail** [kasolik@syntonic.pl](mailto:kasolik@syntonic.pl)

**Telefon** (+48) 577 365 999