



## Kurs Trening medyczny: odcinek łędźwiowy i kończyna dolna

Numer usługi 2024/10/03/55596/2342882

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 28 h

📅 07.07.2025 do 09.07.2025

2 100,00 PLN brutto

2 100,00 PLN netto

75,00 PLN brutto/h

75,00 PLN netto/h

ODNOVA Sp. z o.o.



## 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>	<p>Kurs skierowany jest do:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>fizjoterapeutów,</li><li>lekarzy,</li><li>trenerów personalnych,</li><li>techników fizjoterapii,</li><li>studentów fizjoterapii i medycyny,</li><li>usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem.</li></ul> <p>Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	12
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	24
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	06-07-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	28
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy z pacjentem ortopedycznym 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 stawu kolanowego.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje i określa prawidłową postawę ciała oraz podstawowe techniki pracy w treningu medycznym odcinka lędźwiowego i kończyny dolnej	Uczestnik definiuje prawidłową postawę ciała i pozycje wyjściowe do ćwiczeń	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje oddech anatomiczny i oddech biomechaniczny	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje ćwiczenia dobrane do dysfunkcji odcinka lędźwiowego	Test teoretyczny
	Uczestnik określa ćwiczenia dobrane do pacjenta po ortopedycznych zabiegach chirurgicznych i konkretnej patologii kończyny dolnej	Test teoretyczny
	Uczestnik określa ćwiczenia przy kontuzjach przeciążeniowych biodra i kolana	Test teoretyczny
	Uczestnik określa ćwiczenia przy kontuzjach przeciążeniowych kolana, podudzia i stopy	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie pracuje z pacjentem ortopedycznym 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 stawu kolanowego	Uczestnik planuje rehabilitację i programuje trening - mobilność/stretching - w oparciu o aktualny stan pacjenta, jego możliwości i ograniczenia ruchowe	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	Uczestnik dąży do samodoskonalenia poprzez systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności	Debata swobodna
Uczestnik jest świadomy przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz potrzeby ciągłego kształcenia się	Uczestnik posiada zdolność do kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania	Debata swobodna

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

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

Zaświadczenie 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, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.**

**Czas: 28 godzin dydaktycznych**

### PROGRAM KURSU :

#### Dzień I

1. Idea kursu i „nasz punkt widzenia”

2. Trzy filary w treningu pacjenta
3. Postawa aktywna
4. Oddech anatomiczny vs. oddech biomechaniczny
5. Trening w dysfunkcjach odcinka lędźwiowego

#### Dzień II

1. Trening po ortopedycznych zabiegach chirurgicznych w obrębie kończyny dolnej
2. Trening medyczny przy kontuzjach przeciążeniowych biodra i kolana
3. Trening medyczny przy kontuzjach przeciążeniowych kolana, podudzia i stopy

#### Dzień III

1. Fundamentalne wzorce ruchowe
2. Mobilność/stretching
3. Programowanie

Kurs trwa 28 godz. dydaktycznych, co stanowi 21 godz. zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2h 30min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 9 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 19 godz. dydakt.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkty 1-5, w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	dr Bartosz Rutowicz, PT	07-07-2025	14:00	20:00	06:00
2 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 1-2, w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Sebastian Krawczyk	08-07-2025	08:00	12:30	04:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 2cd.-3,w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	dr Bartosz Rutowicz, PT	08-07-2025	12:30	17:00	04:30
<b>4 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień III, punkt 1,w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	mgr Sebastian Krawczyk	09-07-2025	08:00	12:30	04:30
<b>5 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień III, punkt 2,w bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy	dr Bartosz Rutowicz, PT	09-07-2025	12:30	14:45	02:15
<b>6 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień III, punkt 3	mgr Sebastian Krawczyk	09-07-2025	14:45	16:15	01:30
<b>7 z 7</b> Walidacja	-	09-07-2025	16:15	16:30	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 100,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	75,00 PLN

## Prowadzący

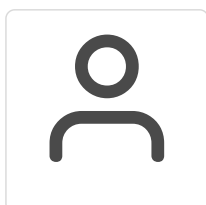
Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### dr Bartosz Rutowicz, PT

Założyciel i właściciel Rehalab Academy - firmy edukacyjnej dla lekarzy i fizjoterapeutów organizującej szkolenia w Polsce i Europie, od 2009 roku do chwili obecnej zostało przeszkolonych ponad 12500 specjalistów, - autor kursów z zakresu diagnostyki, leczenia zachowawczego i pooperacyjnego stawu kolanowego, obręczy barkowej, obręczy biodrowej, stawu skokowego i stopy, - uważany za eksperta w zakresie prewencji i leczenia artrofibrozy po ortopedycznych zabiegach chirurgicznych, - praktykujący klinicysta w dziedzinie fizjoterapii ortopedycznej - właściciel specjalistycznego gabinetu fizjoterapii ortopedycznej w Krakowie. - anatom - asystent w Katedrze Anatomii Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Jagiellońskiego, członek Polskiego Towarzystwa Anatomicznego. - naukowiec - autor kilkunastu publikacji naukowych oraz wystąpień na konferencjach i kongresach naukowych. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.



2 z 2

### mgr Sebastian Krawczyk

Absolwent AWF w Krakowie na kierunku WF. Instruktor Kick-boxingu, snowboardu, trener personalny. Posiada wieloletnie dośw. w prowadzeniu zajęć sportowych. Specjalizuje się w treningu sportowym i rehabilitacyjnym.

Na co dzień pracuje z pacjentami:

- po zabiegach ortopedycznych w obrębie narządu ruchu (staw kolanowy, obręcz barkowa, kręgosłup, s.skokowy, s.biodrowy);
- po urazach sportowych (z bólami w obrębie kolan, kręgosłupa czy barku);
- z problemami przeciążeniowymi w obrębie (kolan, bioder, kręgosłupa, stopy).

Specjalizuje się w treningu osób po operacji kolan. Rokrocznie ok. 30 – 40 pacjentów pod jego opieką powraca do sportu w czasie 4-8 miesięcy od operacji. Spektakularne efekty uzyskuje także w pracy z pacjentami z tzw. „konfliktem w stawie rzepekowo- udowym” oraz „zamrożonym barkiem”.

Współpracuje i prowadzi podopiecznych w zakresie:

- usprawniania i treningu ogólnorozwojowego;
- redukcji wagi ciała i treningu ogólnorozwojowy;
- korekcji wad postawy;
- treningu siłowego.

Współpracuje z zawodnikami różnych dyscyplin (min. sporty walki, narciarstwo, żużel, koszykówka, piłka nożna) w zakresie:

- usprawniania po kontuzjach;
- przygotowania motorycznego;
- treningu siłowego

Na przestrzeni ponad 10 lat pracował z wieloma osobami i wypracował skuteczny sposób aby jego podopieczni osiągnęli założone cele. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

# 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.

W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy/> pod opisem wybranego szkolenia.

W formularzu należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury.

Po potwierdzeniu wysłaniu formularza zgłoszeniowego i potwierdzenia dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

---

Uczestniczki – kobiety, będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny poinformować o swoim stanie Organizatora, o ile fakt ten może mieć wpływ na stan zdrowia Uczestniczki lub sposób jej uczestniczenia w kursie.

---

Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem".

## Informacje dodatkowe

### Podstawa zwolnienia z VAT:

**art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług**

**par. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.**

---

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

---

W sytuacji ogłoszenia stanu epidemii w kraju Organizator wdroży i ściśle będzie przestrzegał procedur bezpieczeństwa zgodnie z zaleceniami KIF oraz wytycznymi Ministerstwa Zdrowia we współpracy z Głównym Inspektorem Sanitarnym. Kursanci o wszelkich zasadach i wytycznych będą informowani co najmniej na 7 dni przed realizacją usługi. Organizator zapewni środki do dezynfekcji.

## Adres

ul. Josepha Conrada 29A

31-357 Kraków

woj. małopolskie

Conrad Comfort Aparthotel & Centrum Konferencyjne

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

- Sala dydaktyczna będzie dostosowana do potrzeb kursu. Będą bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** [szkolenia@odnova.org.pl](mailto:szkolenia@odnova.org.pl)

**Telefon** (+48) 694 225 457