



## "Anatomia Palpacyjna z elementami strukturalnej biomechaniki ciała"

Numer usługi 2025/01/07/5241/2487353

2 000,00 PLN brutto

2 000,00 PLN netto

66,67 PLN brutto/h

66,67 PLN netto/h

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



📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 06.06.2025 do 09.06.2025

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Identyfikator projektu</b>	Małopolski Pociąg do kariery
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Przed przystąpieniem do kursu uczestnik posiada wiedzę, umiejętności i kompetencje z zakresu: Anatomia prawidłowa człowieka.</p> <p>Jest to kurs przeznaczony dla:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- masażyстів,</li><li>- fizjoterapeutów,</li><li>- trenerów personalnych,</li><li>- instruktorów jogi i innych metod ruchowych zainteresowanych poszerzeniem wachlarza swoich umiejętności oraz dla wszystkich osób pracujących dłońmi z ciałem pacjenta.</li></ul> <p>Szczególnie dla absolwentów szkół fizjoterapii i masażu rozpoczynających swoją praktykę terapeutyczną, którzy na tym kursie mogą skorzystać z praktycznych wskazówek jak odnaleźć dane struktury na ciele pacjenta.</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	10
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	24
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	05-06-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem tego kursu jest wykształcenie u kursantów umiejętności precyzyjnej palpacji ciała i jego struktur. Solidna wiedza i zrozumienie w jaki sposób mięśnie pracują wspólnie jako aparat ruchu jest podstawą dla wszystkich innych sposobów terapeutycznej pracy z ciałem. Dlatego w trakcie poznawania kolejnych mięśni studenci poznają również ich wpływ globalny na ciało i strukturę człowieka.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie wykonuje palpację struktur anatomicznych pacjenta	Uczestnik rozróżnia struktury kostne, mięśniowe, naczyń krwionośnych, nerwów i węzłów chłonnych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik rozróżniania dokładny przebieg nerwów oraz stref unerwienia czuciowego i ruchowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje badanie palpacyjne poprzez prawidłowy dobór technik zabiegu adekwatnie do potrzeb pacjenta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik potrafi nazwać i zlokalizować kości i punkty kostne oraz stawy każdego rejonu ciała i opisać relacje pomiędzy nimi, a tkankami miękkimi w tej okolicy, nazwać i zlokalizować mięśnie danego rejonu ciała wraz z dokładnymi przyczepami początkowymi i końcowymi.	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?

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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

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

## Program

Uczestnicy pracują w parach przy jednym przydzielonym stanowisku pracy do zajęć. W skład stanowiska wchodzi stół do masażu wraz z wyposażeniem. Zajęcia mają charakter praktyczno-teoretyczny i odbywają się na uczestnikach kursu. Uczestnicy nie są podzieleni na grupy osobowe.

### **Dzień I:**

Wprowadzenie.

Czym jest palpacja. Zasady, reguły i porady dotyczące praktycznej lokalizacji struktur anatomicznych oraz bezpieczeństwa wykonywania terapii manualnych.

Typy palpowanych tkanek:

- kości i punkty kostne,
- mięśnie i rodzaje mięśni,
- ścięgna i więzadła,
- naczynia krwionośne i nerwy.

Ogólna topografia ciała i nawigacja po nim. Płaszczyzny ruchu. Kierunki i ułożenie. Ruchy ciała.

Systemy ciała – ogólne wprowadzenie:

- układ szkieletowy – typy stawów,
- układ mięśniowy,
- układ krwionośny,
- układ nerwowy,
- układ limfatyczny.

Bark:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezylogia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- naramienny,
- czworoboczny,
- najszerszy grzbietu,
- obły większy,
- rotatory stożka,
- nadgrzebieniowy,
- podgrzebieniowy,
- podłopatkowy,
- dźwigacz łopatki.

### **Dzień II:**

Podsumowanie dnia pierwszego. Pytania i odpowiedzi.

Bark (cd.):

#### ANATOMIA I PALPACJA:

- zębaty przedni,
- piersiowy większy,
- piersiowy mniejszy,
- podobojczykowy,
- inne struktury.

Ramię:

#### ANATOMIA I PALPACJA:

- dwugłowy ramienia,
- trójgłowy ramienia,
- kruczo ramienny,
- inne struktury.

Przedramię i główne struktury dłoni:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

#### ANATOMIA I PALPACJA:

- ramienny,
- ramiennie – promieniowy,
- prostowniki dłoni i nadgarstka,
- promieniowy długi i krótki,
- łokciowy,
- palców,
- wskaziciela,
- łokciowy
- zginacze dłoni i nadgarstka,
- promieniowy,
- dłoniowy długi,
- łokciowy,
- zginacz powierzchowny i głęboki palców,
- nawrotny obły,
- nawrotny czworoboczny,
- odwracacz,
- inne struktury.

#### **Dzień III:**

Podsumowanie dnia drugiego. Pytania i odpowiedzi.

Miednica i udo:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

#### ANATOMIA I PALPACJA:

- prosty uda,
- obszerny boczny,
- obszerny środkowy,
- obszerny pośredni,
- dwugłowy uda – głowa długa i krótka,
- półścięgnisty,
- półbłoniasty,
- pośladkowy większy,
- pośladkowy średni,
- pośladkowy mniejszy,
- gruszkowaty,
- czworoboczny uda,
- zasłaniacz wewnętrzny i zewnętrzny,
- bliźniacze,
- smukły,
- grzebieniowy,

- przywódziciel wielki,
- przywódziciel długi.

- naprężacz powięzi szerokiej,
- pasmo biodrowo-piszczelowe,
- krawiecki,
- biodrowy,
- lędźwiowy,
- inne struktury.

Goleń i stopa:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- brzuchaty łydki,
- płaszczkowaty,
- piszczelowy przedni,
- prostownik długi palucha i palców,
- piszczelowy tylny,
- zginacz długi palucha i palców,
- strzałkowy długi i krótki,
- struktury stopy,
- inne struktury.

#### **Dzień IV:**

Podsumowanie dnia trzeciego. Pytania i odpowiedzi.

Kręgosłup i klatka piersiowa:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- kolcowy,
- najdłuższy,
- biodrowo – żebrowy,
- poprzeczno-kolcowe,
- płatowaty głowy i szyi,
- podpotyliczne:
- o prosty głowy większy i mniejszy,
- o skośny głowy górny i dolny,
- czworoboczny lędźwi.

ANATOMIA I PALPACJA:

- prosty brzucha,
- skośne wewnętrzne,
- skośne zewnętrzne,
- poprzeczny brzucha,
- przepona,
- międzyżebrowe,
- inne struktury.

Głowa:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- mostkowo sutkowo obojczykowy,
- pochyłe: przednie, środkowe, tylne,

- żwacz,
- skroniowy,
- szeroki szyi
- czołowo-potyliczny,
- mięśnie mimiczne twarzy,
- inne struktury.

Czas szkolenia 40 godzin został podany w godzinach dydaktycznych, czyli 1 godzina szkolenia równa się 45 minut. W ciągu dnia zaplanowane zostały 2 przerwy 15 minutowa, 1 przerwa godzinowa która nie została wliczona w czas trwania usługi.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 17</b> Wprowadzenie. Czym jest palpacja. Zasady, reguły i porady dotyczące praktycznej lokalizacji struktur anatomicznych oraz bezpieczeństwa wykonywania terapii manualnych.	Bartosz Macul	06-06-2025	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 17</b> Ogólna topografia ciała i nawigacja po nim. Płaszczyzny ruchu. Kierunki i ułożenie. Ruchy ciała. Systemy ciała – ogólne wprowadzenie.	Bartosz Macul	06-06-2025	10:45	13:00	02:15
<b>3 z 17</b> Bark: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała.	Bartosz Macul	06-06-2025	14:00	15:30	01:30
<b>4 z 17</b> Bark: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała.	Bartosz Macul	06-06-2025	15:45	18:00	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>5 z 17</b> Bark (cd.): ANATOMIA I PALPACJA: • zębaty przedni, • piersiowy większy, • piersiowy mniejszy, • podobojczykowy, • inne struktury.	Bartosz Macul	07-06-2025	09:00	10:30	01:30
<b>6 z 17</b> Ramię: ANATOMIA I PALPACJA: • dwugłowy ramienia, • trójgłowy ramienia, • kruczo ramienny, • inne struktury.	Bartosz Macul	07-06-2025	10:45	13:00	02:15
<b>7 z 17</b> Przedramię i główne struktury dłoni: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała. kinezyjologia.	Bartosz Macul	07-06-2025	14:00	15:30	01:30
<b>8 z 17</b> Przedramię i główne struktury dłoni: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała. kinezyjologia	Bartosz Macul	07-06-2025	15:45	18:00	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>9 z 17</b>            Podsumowanie dnia drugiego.            Pytania i odpowiedzi.            Miednica i udo: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała.            PRAKTYKA: • ścieżki ciała, • kinezyjologia.</p>	Bartosz Macul	08-06-2025	09:00	10:30	01:30
<p><b>10 z 17</b>            ANATOMIA I PALPACJA</p>	Bartosz Macul	08-06-2025	10:45	13:00	02:15
<p><b>11 z 17</b> •            naprężacz powięzi szerokiej, • pasmo biodrowo-piszczelowe, • krawiecki, • biodrowy, • lędźwiowy, • inne struktury. Goleń i stopa:</p>	Bartosz Macul	08-06-2025	14:00	15:30	01:30
<p><b>12 z 17</b> Anatomia i palpacja c.d</p>	Bartosz Macul	08-06-2025	15:45	18:00	02:15
<p><b>13 z 17</b> Kręgosłup i klatka piersiowa: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała.            PRAKTYKA: • ścieżki ciała, • kinezyjologia.</p>	Bartosz Macul	09-06-2025	09:00	10:30	01:30
<p><b>14 z 17</b>            ANATOMIA I PALPACJA</p>	Bartosz Macul	09-06-2025	10:45	13:00	02:15
<p><b>15 z 17</b>            ANATOMIA I PALPACJA</p>	Bartosz Macul	09-06-2025	14:00	15:30	01:30



Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>16 z 17</b> ANATOMIA I PALPACJA	Bartosz Macul	09-06-2025	15:45	17:00	01:15
<b>17 z 17</b> Walidacja	-	09-06-2025	17:00	18:00	01:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	66,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	66,67 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



**1 z 2**

### Bartosz Macul

Bartosz na co dzień jest terapeutą w Szpitalu Specjalistycznym im. Ludwika Rydygiera w Krakowie. Były wykładowca w Technikum Masażu w Katowicach oraz właściciel gabinetu fizjoterapii: „Fizjo Partners”.

Absolwent studiów I st. Pomorskiego Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie oraz studiów II st. na Uniwersytecie

Jagiellońskim Collegium Medicum w Krakowie. W trakcie studiów zapewniał zaplecze fizjoterapeutyczne takich klubów sportowych jak UKS TRAPER Złocieniec i KS IRONMAN CS Polska.

Autor prac badawczych z zakresu terapii przeciwobrzękowej i terapii mięśniowo-powięziowej. Ukończył zaawansowane szkolenia z technik Masażu Tkanek Głębokich pod okiem Arta Riggs'a oraz zaawansowane szkolenie metody ERGON IASTM i wielu innych.

W latach 2008-2012 był zawodnikiem Kadry Narodowej Polskiego Związku Orientacji Sportowej co wyznaczyło ścieżkę kariery terapeuty.



2 z 2

## Mariusz Kopala

Fizjoterapeuta i nauczyciel Masażu Tkanek Głębokich.

Absolwent Uniwersytetu Medycznego w Łodzi na wydziale Wojskowo-Lekarskim na kierunku Fizjoterapia.

Doświadczenie zawodowe zdobywa już od ponad 8 lat. Pracując w licznych podmiotach leczniczych na terenie Łodzi oraz poza nią. W 2021 roku założył prywatną praktykę fizjoterapeutyczną otwierając prywatny gabinet działający na terenie Łodzi.

Od blisko 2 lat jest asystentem Piotra Szałańskiego oraz Łukasza Czubaszewskiego podczas prowadzenia kursu pt. "Masaż Tkanek Głębokich i rozluźnianie mięśniowo-powięziowe z anatomią palpacyjną" na terenie Polski. Uczestnik licznych szkoleń zawodowych.

Certyfikowany Bodyworker, obecnie uczący się na certyfikowanego Integratora Strukturalnego ATSI.

Poza tym specjalizuje się w terapii mięśniowo-szkieletowej oraz technikach mobilizacji tkanek miękkich. Pracuje również z Pacjentami stomatognatycznymi.

Ukończony kurs ERGON IASTM.

Jest na drodze certyfikacji terapeuty manualnego metody CRAFTA.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy kursu otrzymują:

- przejrzysty, kolorowy skrypt z omawianymi szczegółami,
- dostęp do materiałów wideo,
- nielimitowany i dożywotni dostęp online do 21 wykładów wygłoszonych podczas 3 dni **Polish Fascia Symposium 2020** na naszej platformie filmowej.

## Adres

Kraków

Kraków

woj. małopolskie

Sala szkoleniowa: dokładny adres szkolenia podamy na 2 tygodnie przed rozpoczęciem kursu

## Kontakt



### Jolanta Przybyszewska

**E-mail** szkolenia.mtg@gmail.com

**Telefon** (+48) 662 310 264