



Aleksander Lizak
REHA PLUS
EDUKACJA



Medyczny Trening Funkcjonalny - szkolenie

Numer usługi 2025/01/14/116717/2500372

📍 Kraków / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 44 h
📅 08.10.2025 do 12.10.2025

2 330,24 PLN brutto
1 894,50 PLN netto
52,96 PLN brutto/h
43,06 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Identyfikator projektu	Małopolski Pociąg do kariery
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Fizjoterapeuci. Lekarze. Usługa adresowana również do uczestników projektu MP.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	26
Data zakończenia rekrutacji	07-10-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	44
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa "Medyczny Trening Funkcjonalny - szkolenie" przygotowuje do samodzielnego diagnozowania i leczenia pacjentów poprzez aktywną rehabilitację polegającą na tworzeniu planów treningowych oraz prowadzenia treningu na urządzeniach w zależności od określonych wskazań.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą ruchu, metodyki treningu oraz planów treningowych	- definiuje ogólne i specyficzne plany treningowe - charakteryzuje metodykę treningu - definiuje ruch - charakteryzuje podstawy treningu na urządzeniach z uwzględnieniem wskazań i indywidualnie określonego celu - określa przeciwwskazania do treningu - charakteryzuje zasady prowadzenia dokumentacji	Test teoretyczny
Planuje i prowadzi proces terapeutyczny pacjenta	- ustala, względnie określa, siły działające na mięśnie i stawy oraz wielkość obciążenia i zakresów - planuje oraz prowadzi terapię - prowadzi dokumentację i określa cele - stosuje odpowiednie testy - stosuje urządzenia treningowe w zależności od określonych wskazań	Test teoretyczny
Charakteryzuje zasady pracy z pacjentami	- prowadzi rozmowę z pacjentem w celu określenia zaburzenia - kieruje pacjentów do innych specjalistów i współpracuje z nimi - wspiera i mobilizuje pacjenta do wykonywania zaplanowanego treningu w celu osiągnięcia jak najlepszego efektu terapii	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Tak, dokument potwierdza 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

Szkolenie skierowane jest do fizjoterapeutów oraz lekarzy, którzy chcą prowadzić aktywną rehabilitację swoich pacjentów i którzy pracują ze sportowcami. Wchodzi w skład szkolenia z zakresu "Terapii manualnej - szkoły niemieckiej" jako jeden z sześciu modułów szkolenia, może też być realizowane jako odrębne szkolenie.

Warunkiem niezbędnym do osiągnięcia głównego celu jest:

- uczestnictwo w szkoleniu, w pełnym jego wymiarze
- posiadanie podstawowych wiadomości nt. fizjologii mięśni.

Podczas szkolenia odbywają się wykłady oraz praca praktyczna polegająca na ćwiczeniu przedstawianych przez instruktora technik leczenia oraz praca z przyrządami i na maszynach treningowych.

Liczba godzin usługi (44) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych), tym 24 g./teoria; 20 g./praktyka. Przerwy nie wliczają się do godzin usługi.

Zakres tematyczny usługi:

Dzień 1

Powitanie, wprowadzenie , przebieg szkolenia.

Aktywność fizyczna wartości MET.

Terapia zachowania Coping Fear Avoidance Kognitywne. Ból nocyceptywny/ pierwotny.

Biomechanika Newton, Newtonmetr Siła.

Aktywność fizyczna wartości MET - kontynuacja.

Ćwiczenia praktyczne.

Testy Rm Max Rm Submax Rm Minus VO2. Ćwiczenia praktyczne.

RPE (Rate of Perceived Exertion) RIR (Reps in Reserve) m/s ćwiczenia praktyczne

Ćwiczenia praktyczne

Dzień 2

Brak aktywności .Aktywność. Struktury pasywne. Teoria.

Proces gojenia się Teoria.

Proces gojenia się. Ćwiczenia praktyczne.

Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie. Teoria.

Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie - kontynuacja.

Czas na dyskusję, pytania.

Dzień 3

Aspekty. Progresja.

Mięśnie w łańcuchach otwartych Ćwiczenia praktyczne.

Łańcuchy zamknięte. Ćwiczenia praktyczne.

RTA. Teoria. Ćwiczenia praktyczne

kscentrycznie Tendopatia Ręka/ łokieć, 3 programy

Ekscentrycznie Tendopatia Ręka/ łokieć, 3 programy - Kontynuacja

Czas na dyskusję, pytania.

Dzień 4

Teoria Rom

Ćwiczenia praktyczne ROM Overload

Kończyny górne. Łańcuchy otwarte

Kręgosłup-teoria.

Kręgosłup-praktyka

Praca w grupach

Praca w grupach

Czas na pytania, dyskusję.

Dzień 5

Praktycznie- kręgosłup.

Praca w grupach. Prezentacje.

Pytania. Zakończenie

Walidacja (test teoretyczny).

Walidacja odbędzie się w formie testu teoretycznego. Test zostanie przekazany Uczestnikowi przez Osobę prowadzącą usługę, a zostanie oceniony przez Osobę prowadzącą walidację. Walidator nie będzie obecny podczas walidacji.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 45 Wprowadzenie do tematyki, przebieg szkolenia.	Uwe Hallmann	08-10-2025	09:00	09:45	00:45
2 z 45 Aktywność fizyczna wartości MET.	Uwe Hallmann	08-10-2025	09:45	10:30	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 45 Terapia zachowania Coping Fear Avoidence Kognitywne. Ból nocyceptywny/pi erwotny.	Uwe Hallmann	08-10-2025	10:30	11:15	00:45
4 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	08-10-2025	11:15	11:30	00:15
5 z 45 Biomechanika Newton, Newtonmetr Siła.	Uwe Hallmann	08-10-2025	11:30	12:30	01:00
6 z 45 Aktywność fizyczna, wartości MET - kontynuacja	Uwe Hallmann	08-10-2025	12:30	13:15	00:45
7 z 45 Przerwa	Uwe Hallmann	08-10-2025	13:15	14:00	00:45
8 z 45 Ćwiczenia praktyczne.	Uwe Hallmann	08-10-2025	14:00	15:00	01:00
9 z 45 Testy Rm Max Rm Submax Rm Minus VO2 - ćwiczenia praktyczne.	Uwe Hallmann	08-10-2025	15:00	15:45	00:45
10 z 45 Przerwa	Uwe Hallmann	08-10-2025	15:45	16:00	00:15
11 z 45 RPE, RIR m/s - ćwiczenia praktyczne.	Uwe Hallmann	08-10-2025	16:00	17:00	01:00
12 z 45 Ćwiczenia praktyczne - kontynuacja.	Uwe Hallmann	08-10-2025	17:00	17:30	00:30
13 z 45 Brak aktywności. Aktywność. Struktury pasywne - teoria.	Uwe Hallmann	09-10-2025	09:00	11:15	02:15
14 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	09-10-2025	11:15	11:30	00:15
15 z 45 Proces gojenia - teoria.	Uwe Hallmann	09-10-2025	11:30	12:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 45 Proces gojenia - praktyka.	Uwe Hallmann	09-10-2025	12:30	13:15	00:45
17 z 45 Przerwa	Uwe Hallmann	09-10-2025	13:15	14:00	00:45
18 z 45 Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie - teoria.	Uwe Hallmann	09-10-2025	14:00	15:45	01:45
19 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	09-10-2025	15:45	16:00	00:15
20 z 45 Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie - kontynuacja.	Uwe Hallmann	09-10-2025	16:00	17:00	01:00
21 z 45 Dyskusja, pytania.	Uwe Hallmann	09-10-2025	17:00	17:30	00:30
22 z 45 Aspekty, progresja.	Uwe Hallmann	10-10-2025	09:00	09:45	00:45
23 z 45 Mięśnie w łańcuchach otwartych - praktyka.	Uwe Hallmann	10-10-2025	09:45	11:15	01:30
24 z 45 Przerwa	Uwe Hallmann	10-10-2025	11:15	11:30	00:15
25 z 45 Łańcuchy zmknięte - praktyka.	Uwe Hallmann	10-10-2025	11:30	13:15	01:45
26 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	10-10-2025	13:15	14:00	00:45
27 z 45 RTA - teoria, praktyka.	Uwe Hallmann	10-10-2025	14:00	15:00	01:00
28 z 45 Ekscentrycznie Tendopatia Ręka /łokieć, 3 programy.	Uwe Hallmann	10-10-2025	15:00	15:45	00:45
29 z 45 Przerwa	Uwe Hallmann	10-10-2025	15:45	16:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
30 z 45 Ekscentrycznie Tendopatia Ręka /łokieć, 3 programy - kontynuacja.	Uwe Hallmann	10-10-2025	16:00	17:00	01:00
31 z 45 Dyskusja, pytania.	Uwe Hallmann	10-10-2025	17:00	17:30	00:30
32 z 45 ROM - teoria.	Uwe Hallmann	11-10-2025	09:00	09:45	00:45
33 z 45 ROM Overload - praktyka	Uwe Hallmann	11-10-2025	09:45	10:30	00:45
34 z 45 Przerwa	Uwe Hallmann	11-10-2025	10:30	10:45	00:15
35 z 45 Kończyny górne. Łańcuchy otwarte.	Uwe Hallmann	11-10-2025	10:45	12:30	01:45
36 z 45 Kręgosłup - teoria.	Uwe Hallmann	11-10-2025	12:30	13:15	00:45
37 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	11-10-2025	13:15	14:00	00:45
38 z 45 Kręgosłup - praktyka	Uwe Hallmann	11-10-2025	14:00	15:00	01:00
39 z 45 Praca w grupach.	Uwe Hallmann	11-10-2025	15:00	15:45	00:45
40 z 45 Przerwa	Uwe Hallmann	11-10-2025	15:45	16:00	00:15
41 z 45 Praca w grupach.	Uwe Hallmann	11-10-2025	16:00	17:00	01:00
42 z 45 Dyskusja, pytania.	Uwe Hallmann	11-10-2025	17:00	17:30	00:30
43 z 45 Kręgosłup - praktyka - kontynuacja.	Uwe Hallmann	12-10-2025	08:00	10:15	02:15
44 z 45 Praca w grupach.	Uwe Hallmann	12-10-2025	10:15	11:30	01:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
45 z 45 Walidacja.	-	12-10-2025	11:30	12:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt usługi brutto	2 330,24 PLN
Koszt usługi netto	1 894,50 PLN
Koszt godziny brutto	52,96 PLN
Koszt godziny netto	43,06 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Uwe Hallmann

Fizjoterapeuta z pozwoleniem zawodowym w Niemczech, Szwecji i Norwegii, ze szkoleniem ze standaryzowanych metod badania naukowego i akupunktury. Pozytywnie ukończył międzynarodowe szkolenie OMT zgodne z wytycznymi IFOMPT, fizjoterapeuta sportowy, instruktor Terapii Manualnej, Ortopedycznej Terapii Manualnej, Gimnastyki Chorych na Urządzeniach i Medycyny Sportowej. Właściciel gabinetu i długoletni Instruktor Physio-Akademie gGmbH i Grupy Roboczej Terapii Manualnej w ZVK e.V. certyfikowanych kursów terapii manualnej i szkoleń OMT. W 1992 r. zdał pozytywnie egzamin uzyskując tytuł instruktora Terapii Manualnej, AG Manuelle Therapie w ZVK e.V., Wremen i rozpoczął pracę jako nauczyciel ww. metody fizjoterapeutycznej. W skład modułowego szkolenia z zakresu Terapii manualnej - szkoły niemieckiej, wchodzi nauczany przez niego przedmiot pn. Medyczny Trening Funkcjonalny.

1994 - 1995 Szkolenie na instruktora Medycyny Sportowej

1990 - dziś Nauczyciel Terapii Manualnej, IFOMPT

1987 - dziś Nauczyciel Terapii Manualnej, AG Manuelle Therapie w ZVK e.V., Wremen

1985 - dziś Nauczyciel Terapii Manualnej dla lekarzy i fizjoterapeutów, Loka Medicinska Kursenhet, Loka/Szwecja

1983 Certyfikat jako instruktor Terapii Manualnej, Oslo/Norwegia

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje skrypt.

Warunki uczestnictwa

- rezerwacja miejsca na szkoleniu u organizatora
- przesłanie dyplomu z tytułem fizjoterapeuty
- wpłacenie zaliczki w wysokości 500 zł określonej regulaminem organizatora i potwierdzającej uczestnictwo w szkoleniu (w przypadku dofinansowania pokrywającego cały koszt szkolenia, zaliczka jest zwracana uczestnikowi po zakończeniu rozliczenia z operatorem)

Informacje dodatkowe

Jeżeli usługa finansowana jest w minimum 70 % ze środków publicznych, jest ona zwolniona z podatku VAT. Warunkiem wystawienia faktury zwolnionej z podatku VAT, jest przesłanie usługodawcy stosownego oświadczenia.

Przed dokonaniem zapisu na usługę, prosimy o kontakt z organizatorem szkolenia w celu sprawdzenia dostępności miejsc.

Podpisano regulamin projektu MP.

Adres

ul. Franciszka Karpińskiego 5
30-657 Kraków
woj. małopolskie

Metraż 140 m2. W skład lokalu wchodzi: sala wykładowa, szatnie dla kursantów, pomieszczenie socjalne, toalety, pokój socjalny dla instruktora. Wyposażenie sali: stoły terapeutyczne, materace, piłki terapeutyczne, pomoce dydaktyczne np. modele anatomiczne – kręgosłup, szkielet człowieka, miednica, potylica, część kości udowej, czaszka, ręka, noga; tablice – układ nerwowy, szkieletowy, mięśnie, kręgosłup. Sala wykładowa jest klimatyzowana.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking.

Kontakt



Bernadeta Siupik

E-mail bernatkas@fizjoterapia.pl

Telefon (+48) 126 509 370