

**Kurs: Kolano - wypadkowa stopy i biodra**

Numer usługi 2025/01/20/36350/2512120

1 116,00 PLN brutto

1 116,00 PLN netto

124,00 PLN brutto/h

124,00 PLN netto/h

Niepubliczna

Placówka

Kształcenia

Ustawicznego "MED
COACH"

★★★★★ 4,7 / 5

3 257 ocen

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 9 h

📅 18.10.2025 do 18.10.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Grupę docelową usługi stanowią:

- fizjoterapeuci/ terapeuci manualni/masażyści/osteopaci/lekarze/dietetycy
- studenci kierunków fizjoterapia/osteopatia/technik masażysta
- osoby posiadające kierunkowe wykształcenie w zawodzie: masażysta, technik fizjoterapii, technik masażysta, trener personalny, trener przygotowania motorycznego, trener sportu
- osoby aktywne ruchowo, zainteresowane trenowaniem bez urazów

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1" i/lub dla Uczestników Projektu "Nowy start w Małopolsce z EURESem".

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój (WUP w Toruniu)

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

26

Data zakończenia rekrutacji

10-10-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

9

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje uczestników do przeprowadzania szczegółowej diagnostyki stawu kolanowego oraz do leczenia stawu kolanowego. Kurs przekazuje uczestnikom najnowszą wiedzę teoretyczną i praktyczną popartą szeregiem przypadków klinicznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie diagnozuje pacjenta, planuje oraz przeprowadzenia fizjoterapię zachowawczą i pooperacyjną stawu kolanowego	definiuje anatomię oraz biomechanikę stawu kolanowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza badanie stawu kolanowego oraz dokonuje oceny funkcjonalnej - wywiad, ROM, siła mm	Obserwacja w warunkach symulowanych
	definiuje patologie w obrębie stawu kolanowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Obserwacja w warunkach symulowanych
	planuje efektywną fizjoterapię dostosowaną do potrzeb i wymagań pacjenta - dobiera techniki terapeutyczne: terapia manualna, powięziowa, tkanki miękkie	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

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

TAK

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

TAK

Program

Liczba godzin kursu: Liczba godzin kursu: 9 h dydaktycznych, co stanowi 6:45 min zegarowych bez przerw (8 h zegarowych z wliczonymi przerwami)

1 h dydaktyczna = 45 min zegarowych

4:30 h dydaktycznych - zajęcia praktyczne

4:30 h dydaktycznych - zajęcia teoretyczne

W harmonogramie ujęto również przerwy, które nie wliczają się do godzin dydaktycznych szkolenia - łącznie 1:15min h zegarowych w ciągu 1 dnia.

Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia oraz ich potrzeb.

Zakres tematyczny:

1. Anatomia i biomechanika kolana
2. Typowe dysfunkcje w obrębie stawu kolanowego
 - a. kolano valgus z rotacją w stawie udowo-piszczelowym [wpływ ant- i retrowersji szyjki kości udowej na staw kolanowy (Craig's test)]
 - b. kolano varus z rotacją w stawie udowo-piszczelowym
 - c. kolano hipomobilne (ciasne kolano!)
 - d. kolano z dominacją mięśnia czworogłowego
 - e. przeprost w stawie kolanowy
 - f. różnica w długości kończyn i wpływ na ustawienie stawów kolanowych (rzepki!)
 - g. PFPS (kolano skoczka) - aktualne spojrzenie
 - h. kolano biegacza
 - i. przysiad - zasady wykonania
3. Część praktyczna - rekomendowane ćwiczenia, analiza przysiadu obunóż i jednonóż i inne

Warunki organizacyjne:

Forma szkolenia: wykład /praca w parach połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia.

- zajęcia teoretyczne prowadzone są w formie wykładu

- zajęcia praktyczne odbywają się w grupach dwuosobowych

- podczas części praktycznej uczestnicy pracują w parach, na sobie nawzajem lub na modelach - każda para/grupa 2 osobowa ma do dyspozycji stanowisko pracy, na które składa się: leżanka, zestaw materiałów higieniczno- kosmetycznych

Sposób walidacji: obserwacja w warunkach symulowanych.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Anatomia i biomechanika kolana	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	08:00	09:00	01:00
2 z 10 Typowe dysfunkcje w obrębie stawu kolanowego: kolano valgus z rotacją w stawie udowo-piszczelowym - wpływ antewersji i retrowersji szyjki kości udowej na staw kolanowy	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	09:00	10:00	01:00
3 z 10 Przerwa	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	10:00	10:15	00:15
4 z 10 Typowe dysfunkcje w obrębie stawu kolanowego: kolano varus z rotacją w stawie udowo-piszczelowym	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	10:15	11:00	00:45
5 z 10 Typowe dysfunkcje w obrębie stawu kolanowego: kolano hipomobilne (ciasne kolano!), kolano z dominacją mięśnia czworogłowego	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	11:00	12:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 10 Typowe dysfunkcje w obrębie stawu kolanowego: przeprost w stawie kolanowym, różnica w długości kończyn i wpływ na ustawienie stawów kolanowych (rzepki!)	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	12:00	13:00	01:00
7 z 10 Przerwa obiadowa	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	13:00	14:00	01:00
8 z 10 Typowe dysfunkcje w obrębie stawu kolanowego: PFPS (kolano szkoczka) - aktualne spojrzenie, kolano biegacza, przysiad - zasady wykonania	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	14:00	14:30	00:30
9 z 10 Część praktyczna - rekomendowane ćwiczenia, analiza przysiadu obunóż i jednonóż i inne	dr Ryszard Biernat	18-10-2025	14:30	15:45	01:15
10 z 10 Walidacja	-	18-10-2025	15:45	16:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 116,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 116,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto

124,00 PLN

Koszt osobogodziny netto

124,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

dr Ryszard Biernat

Ryszard Biernat jest absolwentem AWF im. Józefa Piłsudskiego w Warszawie (kierunek wychowanie fizyczne ze specjalizacją w rehabilitacji ruchowej). W 2008 roku uzyskał stopień Doktora w zakresie rehabilitacji ruchowej. W latach 1978–84 był odpowiedzialny za rehabilitację i odnowę biologiczną kadry Polski w piłce ręcznej mężczyzn. Uczestniczył m.in. w Igrzyskach Olimpijskich w Moskwie w 1980 i Mistrzostwach Świata w Dortmundzie w 1982, na których reprezentacja Polski zdobyła brązowy medal. W latach 1985-2004 pracował w Zjednoczonych Emiratach Arabskich jako fizjoterapeuta odpowiedzialny za rehabilitację piłkarzy nożnych drużyn ligowych, a także reprezentacji ZEA. Współpracował z takimi trenerami jak Antoni Piechniczek, Jan Tomaszewski, Bernard Blaut czy Piet Hamberg. W 2005 roku został zatrudniony na stanowisku kierownika Centrum Rehabilitacji Ruchowej przy Olsztyńskiej Szkole Wyższej (pracownik naukowo-dydaktyczny oraz wykładowca przedmiotów związanych z fizjoterapią: kinezyjologia, biomechanika i patobiomechanika). Jest twórcą Centrum Sportu i Rehabilitacji Biernat. Aktualnie prowadzi firmę pod nazwą Ruch i Rehabilitacja. Jest autorem pierwszej w Polsce książki na temat prewencji urazów w sporcie pt. „Prewencja urazów w siatkówce”. Prelegent i organizator wielu międzynarodowych szkoleń i konferencji w zakresie medycyny sportowej, treningu i fizjoterapii. 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

Organizator zapewnia materiały szkoleniowe, takie jak: skrypt, notatnik, długopisy oraz dostęp do filmów instruktażowych.

Do dyspozycji uczestników są także materiały kosmetyczno- higieniczne oraz specjalistyczny sprzęt fizjoterapeutyczny (jedna leżanka na dwie osoby wyposażona w półwałek, poduszkę, koc i pisaki do ciała), a także taśmy theraband, powerbandy, skosy, ciężarki.

Na Sali znajdować się będą modele anatomiczne: kręgosłup, szkielet całego człowieka, czaszka osteopatyczna.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest :

1. Posiadanie ważnego numeru ID wsparcia

2. Zapisanie się na wybraną usługę przez stronę Med Coach (z zaznaczeniem opcji: Dofinansowanie BUR):

<https://med-coach.pl/szkolenia-kursy/kolano-wypadkowa-stopy-i-biodra/8>

3. Przesłanie na adres: **dofinansowania@med-coach.pl** podpisanego oświadczenia dotyczącego udziału i pokrycia kosztów szkolenia, który zostanie automatycznie przesłany po zapisie.

4. W szkoleniu mogą wziąć udział osoby wskazane w sekcji "Grupa docelowa usługi"

Informacje dodatkowe

- Cena kursu nie zawiera kosztów wyżywienia, zakwaterowania i podróży.

- Szkolenie jest zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 26 podpunkt a ustawa o VAT lub w przypadku kursów dofinansowanych ze środków publicznych w min. 70% zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 29 c.

- W zależności od wymogów Operatorów i kwot dofinansowań, mogą pojawić się dodatkowe dopłaty do kursu.

- **Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.**

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój

Adres

ul. Nowogrodzka 62c

02-002 Warszawa

woj. mazowieckie

MoveOn Studio

ul. Nowogrodzka 62c, domofon 41

02-002 Warszawa

Dokładny dojazd komunikacją miejską oraz samochodem zostanie podany w wiadomości od organizatora.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Anita Boczar-Lipińska

E-mail dofinansowania@med-coach.pl

Telefon (+48) 796 988 428