



TERAPIA MANUALNA RAKOWSKIEGO - kurs podstawowy

Numer usługi 2025/01/23/115497/2518548

12 000,00 PLN brutto

12 000,00 PLN netto

55,05 PLN brutto/h

55,05 PLN netto/h

Instytut
Rakowskiego
Danuta Sokołowska



📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 218 h

📅 21.05.2025 do 25.01.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Lekarze, magistrowie rehabilitacji ruchowej, fizjoterapii oraz studenci ostatniego roku studiów magisterskich na tych kierunkach, a także licencjaci fizjoterapii.
Minimalna liczba uczestników	15
Maksymalna liczba uczestników	26
Data zakończenia rekrutacji	16-05-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	218
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjnyjny

Usługa szkoleniowa: "Terapii Manualnej Rakowskiego - kurs podstawowy" przygotowuje do samodzielnego badania, diagnozowania i leczenia zaburzeń czynności narządu ruchu, poprzez holistyczne ujęcie zagadnień terapeutycznych, oddziaływanie terapeutyczne na całą osobowość pacjenta, a także edukację pacjenta w zakresie wzorców reagowania na stres i wyciszenia przyczyn powstawania dolegliwości.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik stosuje techniki badawcze według Terapii Manualnej Rakowskiego	definiuje obszary pracy terapeutycznej i wykonuje testy czynnościowe	Obserwacja w warunkach symulowanych
	bada statykę miednicy oraz elastyczność, długość i siłę mięśni	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ocena ruchomości stawu krzyżowo-biodrowego: ślizgi, nutacja, kontrnutacja, ruchy wokół osi strzałkowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ocenia biomechanikę i równowagę statyczną miednicy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza testy dla zaburzeń czynności stawów miednicy i kręgosłupa (sskb, ssrk)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje test Patricka–Kubisa i badania prowokacyjne segmentów kręgosłupa	Obserwacja w warunkach symulowanych
	analizuje punkty swoiste dla dysfunkcji stawów biodrowych i krzyżowo-biodrowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	bada nadwrażliwość palpacyjną struktur biodrowo-łędźwiowych i 12. żebra	Obserwacja w warunkach symulowanych
	testuje biomechanikę połączenia głowowo-szyjnego (atlas, obrotnik)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ocenia wykonane testy bezpieczeństwa dla odcinka szyjnego (np. test tętnicy kręgosłupowej, błędniaka)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	bada aktywność tkankową i ruchomość wyrostków poprzecznych C1	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki badawcze przez prowokowanie dla srk C2–C6 i innych segmentów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje badanie palpacyjne okężnicy i zespołu czynnościowego przejścia Th/L	Obserwacja w warunkach symulowanych
	bada punkty swoiste dla dysfunkcji (psd) w segmentach łędźwiowych, piersiowych i szyjnych	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	dokumentuje wyniki w zapisie topograficznym i funkcjonalnym	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik stawia diagnozę czynnościową według Terapii Manualnej Rakowskiego	definiuję charakterystykę objawową dla więzadeł krzyżowo-biodrowych	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla stawów biodrowych	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla więzadła krzyżowo-guzowego	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla więzadeł biodrowo-lędźwiowych	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych połączenia głowowo-szyjnego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych odcinka szyjnego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych czynnościowego przejścia szyjno-piersiowego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych odcinka środkowego piersiowego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych czynnościowego przejścia piersiowo-lędźwiowego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych górnego, środkowego i dolnego odcinka lędźwiowego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych czynnościowego przejścia lędźwiowo-krzyżowego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową zespołów więzadeł nadkolcowych kości krzyżowych	Test teoretyczny
	interpretuje zdjęcia RTG pacjenta pod kątem zaburzeń czynnościowych	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania do wykonania określonej techniki manualnej oraz wykonuje dedykowaną terapię</p>	<p>wykonuje mobilizacje uderzeniowe stawów krzyżowo-biodrowych (niespecyficzne i uspecyficznione dla S1, S3)</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje mobilizacje stawu krzyżowo-biodrowego: kołysanie, rotacja talerza biodrowego, ślizgi poziome, oraz doczaszkowe/doogonowe</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje techniki mobilizacji i manipulacji dla odcinków kręgosłupa: lędźwiowego, piersiowego i szyjnego (w tym technika "jednego palca")</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje mobilizacje uciskowe punktów spustowych i maksymalnie bolesnych w tkance łącznej i podskórnej</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje terapia dysfunkcji stawów żeber (2–10, 1, 11 i 12)</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje mobilizacje żeber z wdechem (doczaszkowo) i wydechem (doogonowo)</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje mobilizacje połączenia głowowo-szyjnego (C1) – techniki opukiwania, ślizgów i manipulacji</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje techniki z impulsem dla segmentów Thm, Ths oraz S1 i S3</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje ślizgi doboczne i doczaszkowe dla odcinka szyjnego (C2–C6)</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje mobilizacje pulsowaniem oraz z impulsem w leżeniu na plecach dla C2–C6</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje techniki rotacyjno-trakcyjna dla przejść szyjno-piersiowego (C/Th) i piersiowo-lędźwiowego (Th/L)</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wykonuje mobilizacje przejścia Th/L przez mięsień biodrowo-lędźwiowy</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	definiuje postępowanie w ostrych stanach bólowych odcinka L i L/S (konflikt dyskowo-korzeniowy, zespoły pozakorzeniowe)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje chwyt skrzyżno-kranialny z impulsem dla Thm	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje mobilizacje bierne-własne stawów krzyżowo-biodrowych	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik edukuje pacjenta w zakresie wyciszenia przyczyn powstawania dolegliwości	<p>naucza ćwiczeń i technik autoterapii dla schorzeń narządu ruchu i profilaktyki, m.in.:</p> <p>ruch bierny, stretching, mobilizacje (uciskowe, skóry, tkanki podskórnej, czynne, bierne własne), techniki powięziowe, praca z przeponą</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>naucza pozycji: siad szeroki, rozkroczny, płotkarski, kompensacyjny, turecki; pozycje: śruba, piorun, żaba, skrętna, krakowiak</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>wyjaśnia trening wzmacniający mięśni fazowych, techniki relaksacyjne (np. trening Schultza) i redukujące napięcie mięśni</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>naucza autoterapii mięśni: dwugłowy uda, trójgłowy łydki, biodrowo-łędźwiowy, czworoboczny łydźwi, prostownik grzbietu, naprężacz powięzi szerokiej, gruszkowaty, przywodziciele, pośladkowe</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>naucza autoterapii mięśni górnej części ciała: czworoboczny (cz. zstępująca), dźwigacz łopatki, mięśnie pochyłe, prostownik grzbietu (odc. szyjny)</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>naucza autoterapii mięśni kończyn górnych: dwugłowy i trójgłowy ramienia, zginacze nadgarstka</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>uzasadnia i naucza terapii mięśnia poprzecznego brzucha – stabilizacja, redukcja niewydolności</p> <p>pracuje z rozciągnym podeszwowym, powięzią podkolanową, szeroką, pośladkową</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>bada i wykonuje terapii przepony oddechowej</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>odtworzenie prawidłowego ustawienia klatki piersiowej i łopatek</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>naucza poizometrycznej relaksacja mięśni</p>	Wywiad ustrukturyzowany

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	naucza mobilizacji punktów spustowych i maksymalnie bolesnych	Wywiad ustrukturyzowany
	naucza treningu prawidłowych wzorców ruchowych w warunkach domowych	Wywiad ustrukturyzowany
	edukuje pacjenta w zakresie anatomii, funkcji i autoterapii dla wybranych struktur mięśniowych	Wywiad ustrukturyzowany

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik edukuje pacjenta w zakresie wzorców reagowania na stres</p>	<p>definiuje i wykorzystuje do terapii fizyczne mechanizmy stresu jako reakcje anatomicznych struktur narządu ruchu na ten typ negatywnego bodźcowania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>różnicuje objawy związane z przeżywaniem stresu wg indywidualnych wzorców reagowania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>charakteryzuje neurofizjologiczne podstawy przeżywania stresu: oparte o odruch bezwarunkowy (funkcja ciała migdałowatego), oparte o odruch warunkowy (funkcja hipokampa i kory sensorycznej)</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>identyfikuje nieumiejętność porozumiewania się jako główną przyczynę psychogennych zaburzeń czynności narządu ruchu i ich następstw</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>definiuje elementy porozumiewania zewnętrznego: nadawca, odbiorca, komunikat, terytorium (strefa intymna, osobista, socjalna, otwarta), zakłócenia, język</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>charakteryzuje zasady porozumiewania zewnętrznego</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>definiuje czym jest świadomość prosperująca i świadomość ubóstwa (wg N. Zacharewicz) oraz cykle energetyczne (wg N. Zacharewicz): inspiracja - entuzjazm, optymizm, kryzys – oczyszczanie, rozwój, świadome osiągnięcie</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>charakteryzuje cechy myśli przeciążających: chaos myślowy, jedna powtarzająca się myśl, myśli oceniające, myśli krytykujące, skupianie myśli na przeszłości lub przyszłości</p>	<p>Test teoretyczny</p>
	<p>stosuje narzędzia do pracy z myślami: pięć zasad zdrowego myślenia, afirmację, wizualizację, dyscyplinę myślową</p>	<p>Test teoretyczny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	<p>stosuje technikę celów życiowych i wyjaśnia ich znaczenie dla zdrowia i równowagi osobowości człowieka: ostateczne, pośrednie</p>	Test teoretyczny
	<p>charakteryzuje cechy celów życiowych służących harmonii (równowadze): zrównoważenie, konkretność, wymierność, adekwatność, marzenia</p>	Test teoretyczny
	<p>informuje o technikach ułatwiających realizację i osiągnięcie celów życiowych: ustalenie hierarchii wartości, ważności, „uzdrowienie” cykli energetycznych, rytuał osiągnięcia</p>	Test teoretyczny
	<p>rozdziela metody analizy transakcyjnej – model funkcjonalny stanów Ja wg Erica Berne’a: stan ja Rodzic, stan ja Dorosły, stan ja Dziecko</p>	Test teoretyczny
	<p>rozdziela sposoby „do inwestowania” poszczególnych stanów „Ja”</p>	Test teoretyczny
	<p>charakteryzuje rodzaje granic i sposoby ich ochrony</p>	Test teoretyczny
<p>Uczestnik przeprowadza profesjonalny wywiad fizjoterapeutyczny z pacjentem, w tym analizę wyników badań medycznych czyli historię choroby pacjenta</p>	<p>definiuje wskazania i przeciwwskazania do pracy</p>	Test teoretyczny
	<p>analizuje spontaniczną wypowiedź pacjenta</p>	Test teoretyczny
	<p>ocenia kiedy oraz w jaki sposób zadać pytania o: dzieciństwo, (poród, raczkowanie, biodra, gardło), objawy ze szlaku migrenowo-vegetatywnego (zawroty głowy, bóle głowy), objawy ginekologiczne (miesiączkowanie, ciąża, porody, inne), dokładną topografię bólu, zaburzenia srk, cechy bólu psychogenego, aktualne leczenie, uczulenia, alergię, inne dolegliwości (bezsenność, wzrok, słuch, nadmierna potliwość), choroby organiczne, urazu, zażywane leki</p>	Wywiad ustrukturyzowany
	<p>analizują dokumentację co pozwala mu zidentyfikować ewentualne czerwone flagi</p>	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik interpretuje wyniki badań rentgenowskich pacjenta pod kątem zaburzeń czynnościowych oraz czerwonych flag	interpretuje istotne dla czynności statycznych elementy przeglądowych zdjęć RTG: anatomia i biomechanika miednicy, typy miednicy według Gutmanna za Lewitem i ich charakterystyka pod względem czynności statycznej	Test teoretyczny
	interpretuje RTG miednicy pod względem strukturalnym	Test teoretyczny
	rozpoznaje anomalnie strukturalne wrodzone i nabyte miednicy	Test teoretyczny
	ocenia czynność statyczną miednicy	Test teoretyczny
	rozdziela miejsca o zmniejszonej odporności na przeciążenia - spodziewane objawy	Test teoretyczny
	definiuje przeciwwskazania do zabiegów biernych z impulsem	Test teoretyczny
	ocenia zgodność i niezgodność wyników badania manualnego z wynikami badania RTG w oparciu o ocenę zmian strukturalnych w kombinacji z widocznymi zmianami czynności statycznych	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 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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak, dokument potwierdza, że zapewniono zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Liczba godzin usługi (218) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych).

Czas przerw nie wlicza się do czasu trwania usługi.

Zaplanowane przerwy:

w dn. 21.05.2025, 6.08.2025, 29.10.2025, 21.01.2026 w godzinach:

11:00-11:15

13:15-13:30

15:30-16:15

w dn. 25.05.2025, 10.08.2025, 2.11.2025, 25.01.2026 w godzinach:

9:45-10:00 4.03.2025 r.

11:55-12:10 4.03.2025 r.

13:30-13:45 4.03.2025 r.

w pozostałe dni trwania kursu w godzinach:

9:45-10:00 4.03.2025 r.

11:55-12:10 4.03.2025 r.

13:30-13:45 4.03.2025 r.

15:30-16:15 4.03.2025

Czas trwania usługi:

-teoria - 92,6 godzin edukacyjnych (45-minutowych)

-praktyka - 125,3 godzin edukacyjnych (45-minutowych).

Kurs adresowany jest dla lekarzy, magistrów rehabilitacji ruchowej, fizjoterapii oraz studentów ostatniego roku studiów magisterskich na tych kierunkach, a także licencjatów fizjoterapii.

Walidacja przeprowadzana jest zgodnie z zdefiniowanymi w efektach uczenia się kryteriach weryfikacji.

Moduł I kursu podstawowego

Podstawowe pojęcia w modelu dynamicznym rozumienia procesów chorobowych oraz procesów zdrowienia

Bodźce zabiegowe stosowane w TMH: biomechaniczne, odruchowe oraz słowne

Zespół segmentu ruchowego kręgosłupa (srk)

Wskazania i przeciwwskazania do zastosowania Terapii Manualnej Rakowskiego .

Techniki badawcze dla segmentów ruchowych kręgosłupa, stawów krzyżowo-biodrowych, stawów biodrowych, więzadeł stawu krzyżowo-biodrowego

Techniki zabiegowe dla: stawów krzyżowo-biodrowych, dolnego odcinka piersiowego (Thi) kręgosłupa, odcinka lędźwiowego (L) kręgosłupa oraz więzadeł stawu krzyżowo-biodrowego

Klinika

Terapia edukacyjna

Autoterapia

Moduł II kursu podstawowego

Seans zabiegowy

Reakcje pozabiegowe

Techniki badawcze segmentu ruchowego kręgosłupa (srk) c.d.

Techniki zabiegowe segmentów ruchowych kręgosłupa c.d.

Techniki zabiegowe dla stawu krzyżowo-biodrowego (skb) c.d.

Techniki zabiegowe dla stawów żeber

Techniki zabiegowe w dysfunkcjach struktur połączenia głowowo-szyjnego

Klinika

Zespół zaburzeń czynności odcinka piersiowego środkowego kręgosłupa (Thm)

Zespół czynnościowego przejścia piersiowo-lędźwiowego

Terapia edukacyjna

Autoterapia

Moduł III kursu podstawowego

Stawy krzyżowo-biodrowe - celowane techniki zabiegowe

Segmenty ruchowe kręgosłupa lędźwiowego i dolnego piersiowego - celowane techniki zabiegowe

Kręgosłup piersiowy środkowy i górny - celowane techniki zabiegowe

Klinika

Zespoły lędźwiowe (L) oraz lędźwiowo-krzyżowe (L/S)

Terapia edukacyjna

Autoterapia

Moduł IV kursu podstawowego

Istotne dla czynności statycznych elementy przeglądowych zdjęć rtg

Zadania diagnostyki radiologicznej w Terapii Manualnej Rakowskiego

Miednica – czynności statyczne, czynności dynamiczne w ocenie radiologicznej

Kręgosłup lędźwiowy – czynności statyczne, czynności dynamiczne w ocenie radiologicznej

Kręgosłup piersiowy – czynności statyczne, czynności dynamiczne w ocenie radiologicznej

Połączenie głowowo-szyjne (Cs) – czynności statyczne, czynności dynamiczne w ocenie radiologicznej

Kręgosłup szyjny - techniki badawcze oraz techniki zabiegowe

Klinika

Terapia edukacyjna

Autoterapia

Zajęcia prowadzone są na dwóch salach: sali wykładowej (120 m²) i sali do warsztatów i ćwiczeń (70m²). Uczestnikom udostępniamy szatnię, zaplecze sanitarne oraz ogólnodostępny hol z bufetem kawowym. Wyposażenie sali: stoły terapeutyczne (1 stół na parę), materace (dla każdego uczestnika), piłki terapeutyczne, pasy trakcyjne, poduszki (dla każdego uczestnika), rzutnik multimedialny, pomoce

dydaktyczne np. plansze i modele anatomiczne.

Część praktyczna prowadzona jest w parach. Nie jest stosowany podział na grupy.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 96

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 96 Historia powstania TMR.	Grzegorz Boczkowski	21-05-2025	09:00	11:00	02:00
2 z 96 Koncepcja TMR- Podstawowe pojęcia w modelu dynamicznym rozumienia procesów chorobowych oraz procesów zdrowienia	Grzegorz Boczkowski	21-05-2025	11:15	13:15	02:00
3 z 96 Omówienie anatomii i unerwienia wnk, wmk. smw, skóry grzbietu i brzucha. Mobilizacje uciskowe .Omówienie punktów orientacyjnych kręgosłupa- praktyka przy kozetkach.	Grzegorz Boczkowski	21-05-2025	13:30	15:30	02:00
4 z 96 Autoterapia narządu ruchu- cele, rola. Metody wykorzystywane w autoterapii.	Paweł Jakubiec	21-05-2025	16:30	18:30	02:00
5 z 96 Mobilizacje skóry grzbietu, brzucha, karku - pokaz i praktyka. Omówienie wskazań i przeciwwskazań.	Grzegorz Boczkowski	22-05-2025	08:00	09:45	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 96 Biomechanika sskb. Badanie ruchomości - teoria i pratyka.	Grzegorz Boczkowski	22-05-2025	10:00	11:55	01:55
7 z 96 Koncepcja TMR- ciąg dalszy. Klinika- analiza przypadków.	Grzegorz Boczkowski	22-05-2025	12:10	13:30	01:20
8 z 96 Badanie sskb przez punkty swoiste - teoria i praktyka	Grzegorz Boczkowski	22-05-2025	13:45	15:30	01:45
9 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	22-05-2025	16:30	18:30	02:00
10 z 96 Terapia Edukacyjna - cele, techniki. Wzorce rodzicielskie	Grzegorz Boczkowski	23-05-2025	08:00	09:45	01:45
11 z 96 Statyka miednicy- teoria. Badanie statyki - pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	23-05-2025	10:00	11:55	01:55
12 z 96 Obwodzenie sb dla odzyskiwania dystrakcji, test Patrick'a	Grzegorz Boczkowski	23-05-2025	12:10	13:30	01:20
13 z 96 Kołysanie sskb- pokaz i praktyka. Mobilizacje krzyżowo-brzuszne dla S3 - teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	23-05-2025	13:45	15:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>14 z 96</p> <p>Autoterapia - mięśniowa równowaga statyczna, mięśnie toniczne, mięsień dwugłowy uda. Trening autogenny Schultza</p>	Paweł Jakubiec	23-05-2025	16:30	18:30	02:00
<p>15 z 96 Koncepcja TMR- ciąg dalszy. Równowaga statyczna miednicy-interpretacja badania- analiza przypadku (klinika).</p>	Grzegorz Boczkowski	24-05-2025	08:00	09:45	01:45
<p>16 z 96 Trening sskb: mobilizacje uderzeniowe - niespecyficzne i specyficzne dla S1 i S3</p>	Grzegorz Boczkowski	24-05-2025	10:00	11:55	01:55
<p>17 z 96</p> <p>Obwodzenie w sb dla nierównej długości kkd - pokaz i praktyka. Anatomia i charakterystyka objawowa więzadła krzyżowo-guzowego - teoria, pokaz</p>	Grzegorz Boczkowski	24-05-2025	12:10	13:30	01:20
<p>18 z 96</p> <p>Mobilizacje uciskowe wwkg/S i wwkg/G - praktyka. Anatomia więzadła biodrowo-łędźwiowego. Mobilizacje uciskowe wbl - pokaz i praktyka.</p>	Grzegorz Boczkowski	24-05-2025	13:45	15:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	24-05-2025	16:30	18:30	02:00
20 z 96 Terapia Edukacyjna- typy zawieszęń w ciele.	Grzegorz Boczkowski	25-05-2025	08:00	09:45	01:45
21 z 96 Anatomia i charakterystyka objawowa więzadła krzyżowo-biodrowego. Badanie i wykonanie mobilizacji uderzeniowych wg uzyskanego badania- teoria i praktyka.	Grzegorz Boczkowski	25-05-2025	10:00	11:55	01:55
22 z 96 Zabiegi dla srk/Th/L.	Grzegorz Boczkowski	25-05-2025	12:10	13:00	00:50
23 z 96 Test wiedzy.	-	25-05-2025	13:00	13:30	00:30
24 z 96 Zabiegi dla srk/Th/L - ciąg dalszy. Powtórka	Grzegorz Boczkowski	25-05-2025	13:45	15:30	01:45
25 z 96 Seans zabiegowy	Grzegorz Boczkowski	06-08-2025	09:00	11:00	02:00
26 z 96 Reakcje pozabiegowe. Techniki zabiegowe dla sskb.- teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	06-08-2025	11:15	13:15	02:00
27 z 96 mobilizacje- praktyka badania, wykorzystanie. Przykłady - analiza.	Grzegorz Boczkowski	06-08-2025	13:30	15:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
28 z 96 Autoterapia - mobilizacja kuleczką	Paweł Jakubiec	06-08-2025	16:30	18:30	02:00
29 z 96 Terapia Edukacyjna - przyczyny zaburzeń czynności, elementy i zasady porozumiewania się.	Grzegorz Boczkowski	07-08-2025	08:00	09:45	01:45
30 z 96 Techniki badawcze dla srk - teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	07-08-2025	10:00	11:55	01:55
31 z 96 Badanie sskb i techniki poziome- teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	07-08-2025	12:10	13:30	01:20
32 z 96 Zespół Th/L- klinika	Grzegorz Boczkowski	07-08-2025	13:45	15:30	01:45
33 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	07-08-2025	16:30	18:30	02:00
34 z 96 Terapia Manualna Rakowskiego	Grzegorz Boczkowski	08-08-2025	08:00	09:45	01:45
35 z 96 Zespół łuku atlasu wg Arlena - teoria, patogeneza, objawy, terapia. Badanie i techniki dla Oo/C- teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	08-08-2025	10:00	11:55	01:55
36 z 96 Klinina - zespół Th/L - ciąg dalszy	Grzegorz Boczkowski	08-08-2025	12:10	13:30	01:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
37 z 96 Badania dla Th/L- praktyka. Techniki zabiegowe.	Grzegorz Boczkowski	08-08-2025	13:45	15:30	01:45
38 z 96 Autoterapia.	Paweł Jakubiec	08-08-2025	16:30	18:30	02:00
39 z 96 Terapia Edukacyjna	Grzegorz Boczkowski	09-08-2025	08:00	09:45	01:45
40 z 96 Techniki dla Oo/C- pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	09-08-2025	10:00	11:55	01:55
41 z 96 Techniki zabiegowe dla L i Thi.	Grzegorz Boczkowski	09-08-2025	12:10	13:00	00:50
42 z 96 Test wiedzy.	-	09-08-2025	13:00	13:30	00:30
43 z 96 Klinika - analiza przypadków	Grzegorz Boczkowski	09-08-2025	13:45	15:30	01:45
44 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	09-08-2025	16:30	18:30	02:00
45 z 96 Omówienie stawów żeber - badanie i terapia	Grzegorz Boczkowski	10-08-2025	08:00	09:45	01:45
46 z 96 Techniki dla stawów żeber- pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	10-08-2025	10:00	11:55	01:55
47 z 96 Pchnięcie kranialne- teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	10-08-2025	12:10	13:30	01:20
48 z 96 Zespół Thm- teoria	Grzegorz Boczkowski	10-08-2025	13:45	15:30	01:45
49 z 96 Techniki zabiegowe dla L i Thi - pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	29-10-2025	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 96 Techniki zabiegowe dla L i Thi - praktyka - cd.	Grzegorz Boczkowski	29-10-2025	11:15	13:15	02:00
51 z 96 Klinika - stany ostre	Grzegorz Boczkowski	29-10-2025	13:30	15:30	02:00
52 z 96 Autoterapia - stany ostre	Paweł Jakubiec	29-10-2025	16:30	18:30	02:00
53 z 96 Stany ostre- ciąg dalszy	Grzegorz Boczkowski	30-10-2025	08:00	09:45	01:45
54 z 96 S1 na boku - omówienie - pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	30-10-2025	10:00	11:55	01:55
55 z 96 Zespoły srk kręgosłupa L- klinika	Grzegorz Boczkowski	30-10-2025	12:10	13:30	01:20
56 z 96 Terapia Edukacyjna	Grzegorz Boczkowski	30-10-2025	13:45	15:30	01:45
57 z 96 Autoterapia - stany ostre - cd	Paweł Jakubiec	30-10-2025	16:30	18:30	02:00
58 z 96 Techniki dla skb S3. Zespoły L.	Grzegorz Boczkowski	31-10-2025	08:00	09:45	01:45
59 z 96 Techniki zabiegowe dla Thm- pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	31-10-2025	10:00	11:55	01:55
60 z 96 Klinika - zespół C/Th	Grzegorz Boczkowski	31-10-2025	12:10	13:30	01:20
61 z 96 Badanie odcinka C kręgosłupa - pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	31-10-2025	13:45	15:30	01:45
62 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	31-10-2025	16:30	18:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
63 z 96 Techniki na plecach - teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	01-11-2025	08:00	09:45	01:45
64 z 96 Zespoły C/Th.	Grzegorz Boczkowski	01-11-2025	10:00	11:35	01:35
65 z 96 Test wiedzy	-	01-11-2025	11:35	11:55	00:20
66 z 96 Technika rotacyjno-trakcyjna- pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	01-11-2025	12:10	13:30	01:20
67 z 96 Terapia Edukacyjna	Grzegorz Boczkowski	01-11-2025	13:45	15:30	01:45
68 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	01-11-2025	16:30	18:30	02:00
69 z 96 Badanie stawów- pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	02-11-2025	08:00	09:45	01:45
70 z 96 Stawy-techniki badawcze i zabiegowe	Grzegorz Boczkowski	02-11-2025	10:00	11:55	01:55
71 z 96 Klinika - przykłady	Grzegorz Boczkowski	02-11-2025	12:10	13:30	01:20
72 z 96 Mobilizacje dla sskb	Grzegorz Boczkowski	02-11-2025	13:45	15:30	01:45
73 z 96 Wprowadzenie do diagnostyki RTG	Grzegorz Boczkowski	21-01-2026	09:00	11:00	02:00
74 z 96 Miedniczyczności statyczne i dynamiczne w RTG	Grzegorz Boczkowski	21-01-2026	11:15	13:15	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
75 z 96 Praktyka przy negatoskopie	Grzegorz Boczkowski	21-01-2026	13:30	15:30	02:00
76 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	21-01-2026	16:30	18:30	02:00
77 z 96 Kręgosłup lędźwiowy- czynności statyczne i dynamiczne w ocenie RTG	Grzegorz Boczkowski	22-01-2026	08:00	09:45	01:45
78 z 96 Techniki zabiegowe dla Ths - pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	22-01-2026	10:00	11:55	01:55
79 z 96 Kręgosłup lędźwiowy- czynności statyczne i dynamiczne w ocenie RTG	Grzegorz Boczkowski	22-01-2026	12:10	13:30	01:20
80 z 96 Terapie Edukacyjna	Grzegorz Boczkowski	22-01-2026	13:45	15:30	01:45
81 z 96 Autoterapia - stabilizacja	Paweł Jakubiec	22-01-2026	16:30	18:30	02:00
82 z 96 Kręgosłup lędźwiowy- czynności statyczne i dynamiczne w ocenie RTG. Praktyka przy negatoskopie	Grzegorz Boczkowski	23-01-2026	08:00	09:45	01:45
83 z 96 Klinika- analiza przykładów badań RTG	Grzegorz Boczkowski	23-01-2026	10:00	11:55	01:55
84 z 96 Kręgosłup szyjny - czynności statyczne i dynamiczne w ocenie RTG	Grzegorz Boczkowski	23-01-2026	12:10	13:30	01:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
85 z 96 Kręgosłup szyjny - czynności statyczne i dynamiczne w ocenie RTG	Grzegorz Boczkowski	23-01-2026	13:45	15:30	01:45
86 z 96 Autoterapia	Paweł Jakubiec	23-01-2026	16:30	18:30	02:00
87 z 96 Testy bezpieczeństwa dla zabiegów w odcinku szyjnym- omówienie, pokaz, praktyka	Grzegorz Boczkowski	24-01-2026	08:00	09:45	01:45
88 z 96 Kręgosłup szyjny- zdjęcia RTG czynnościowe- klinika. Połączenie Głowowo-szyjne- czynności statyczne i dynamiczne w ocenie RTG	Grzegorz Boczkowski	24-01-2026	10:00	11:55	01:55
89 z 96 Terapia Edukacyjna	Grzegorz Boczkowski	24-01-2026	12:10	13:30	01:20
90 z 96 Mobilizacje z impulsem- teoria, pokaz i praktyka	Grzegorz Boczkowski	24-01-2026	13:45	15:30	01:45
91 z 96 Autoterapia - powtórka materiału	Paweł Jakubiec	24-01-2026	16:30	18:25	01:55
92 z 96 Trening praktyczny przy negatoskopach - ocena C i Oo/C	Grzegorz Boczkowski	25-01-2026	08:00	09:45	01:45
93 z 96 Stany ostre w odc. C kręgosłupa- różnicowanie, postępowanie, pokaz technik	Grzegorz Boczkowski	25-01-2026	10:00	11:55	01:55

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
94 z 96 Badanie odc C kręgosłupa-pokaz, teoria, praktyka	Grzegorz Boczkowski	25-01-2026	12:10	13:30	01:20
95 z 96 Kręgosłup piersiowy - czynności statyczne i dynamiczne w ocenie RTG	Grzegorz Boczkowski	25-01-2026	13:45	15:00	01:15
96 z 96 Test wiedzy	-	25-01-2026	15:00	15:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	12 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	12 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	55,05 PLN
Koszt osobogodziny netto	55,05 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Grzegorz Boczkowski

mgr fizjoterapii – Uniwersytet Jagielloński w Krakowie- wydział nauk o zdrowiu- fizjoterapia rok ukończenia 2009

Fizjoterapeuta – numer wykonywania zawodu: 17897

Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR Nauczyciel Dyplomowany Terapii Manualnej

Rakowskiego – nr certyfikatu 1/2018- Polskie Towarzystwo terapii Manualnej Holistycznej

2023 - w trakcie -Centrum Medyczne Kształcenia Podyplomowego – Specjalizacja w Dziedzinie Fizjoterapii

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, konferencjach i spotkaniach naukowych. W ciągu ostatnich 5

lat przeszkoliła ponad 200 kursantów z Terapii Manualnej Rakowskiego.
2024 Kurs Diagnostyka Funkcjonalna w Chorobach ukł. Krażenia i Oddechowego; Krakowska Akademia
2024 Kurs Praktycznej Pierwszej Pomocy; Krakowska Akademia
2024 Kurs Metody Neurofizjologiczne PNF, Bobath, Neuromobilizacje; Krakowska Akademia
2024 Kurs Zaopatrzenie w wyroby medyczne, protezowanie i aparatowanie kończyn i tułowia; Krakowska Akademia
2024 Kurs Terapia Przeciwozrędkowa; Krakowska Akademia
2024 Kurs Anatomia Palpacyjna z elementami Terapii Manualnej i lokalizacji TrPs; Krakowska Akademia
2024 Kurs Stymulacja śródmięśniowa (dry needling) Krakowska Akademia
2024 Kurs Zalecenia żywieniowe i dietetyka u osób chorych i aktywnych fizycznie; Krakowska Akademia
2023 Kurs Farmakologia dla Potrzeb Fizjoterapii; Krakowska Akademia
2023 Kurs Fizjoterapia Oparta na Faktach; Krakowska Akademia
2023 Kurs Diagnostyka Obrazowa dla Potrzeb Fizjoterapii- USG, Radiologia, EEG,EMG;



2 z 2

Paweł Jakubiec

mgr fizjoterapii – Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach - wydział Collegium Medicum - fizjoterapia rok ukończenia 2012; Fizjoterapeuta – numer wykonywania zawodu: 16700; Terapeuta Manualny z II° kompetencji TMR - Polskie Towarzystwo terapii Manualnej Holistycznej

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują skrypt do każdego modułu, e-book "Kręgosłup w stresie" dr. Andrzeja Rakowskiego, patyczek i kuleczkę do mobilizacji uciskowych.

Warunki uczestnictwa

Wymagania formalne

W programie podstawowym uczestniczyć mogą lekarze, magistrowie rehabilitacji ruchowej, fizjoterapii oraz studenci ostatniego roku studiów magisterskich tych kierunków, **a także licencjaci fizjoterapii.**

Rejestracja na kurs jest tożsama z akceptacją regulaminu kursów i szkoleń Instytutu Rakowskiego, opublikowanym pod adresem: <https://ctmrakowski.pl/dla-specjalistow/regulamin-kursow.html>

Informacje dodatkowe

Całość kształcenia obejmuje cztery części, każda trwa pięć dni (od środy do niedzieli) - razem 218 godzin edukacyjnych. Każda kolejna część odbywa się w przeciągu 2 kolejnych miesięcy.

Terminy poszczególnych modułów:

moduł I: 21-25.05.2025

moduł II: 06-10.08.2025

moduł III: 29.10-03.11.2025

moduł IV: 21-25 01.2026

Ile kosztuje kurs?

Łączna cena kursu podstawowego, obejmująca **4 moduły** wynosi **12000 zł**.

Opłatę w wysokości **3000 zł** można wносить **za każdy moduł** oddzielnie.

Podstawa zwolnienie z VAT: pozostałe zwolnienia przedmiotowe art. 43 ust. 26 pkt a ustawy o VAT.

Ukończony Kurs podstawowy **uprawnia do dalszego kształcenia specjalistycznego TMR** w pełnym lub wybranym zakresie.

Kurs podstawowy TMR akredytowany jest przez Polskie Towarzystwo Terapii Manualnej Holistycznej.

Adres

ul. Albańska 3
30-662 Kraków
woj. małopolskie

Salę szkoleniową Med Coach

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking, hotel i restauracja w pobliżu

Kontakt



Katarzyna Polańska-Bebejewska

E-mail instytut@ctmrakowski.pl

Telefon (+48) 618 147 900