



## TERAPIA MANUALNA RAKOWSKIEGO - kurs podstawowy MODUŁ II

Numer usługi 2025/02/22/115497/2576180

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

54,55 PLN brutto/h

54,55 PLN netto/h

Instytut  
Rakowskiego  
Danuta Sokołowska



📍 Sierosław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 55 h

📅 05.05.2025 do 09.05.2025

## 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>	<b>Lekarze, magistrowie rehabilitacji ruchowej, fizjoterapii</b> oraz studenci ostatniego roku studiów magisterskich na tych kierunkach, <b>a także licencjaci fizjoterapii.</b>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	12
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	16
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	28-04-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	55
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Usługa szkoleniowa: "Terapii Manualnej Rakowskiego - kurs podstawowy moduł II" 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
	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 kręgowej, błędniaka)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	bada aktywność tkankową i ruchomość wyrostków poprzecznych C1	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik stosuje techniki badawcze według Terapii Manualnej Rakowskiego	stosuje techniki badawcze przez prowokowanie dla srk C2–C6 i innych segmentów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje badanie palpacyjne okrężnicy 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
	dokumentuje wyniki w zapisie topograficznym i funkcjonalnym	Test teoretyczny
Uczestnik stawia diagnozę czynnościową według Terapii Manualnej Rakowskiego	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych odcinka środkowego piersiowego kręgosłupa	Test teoretyczny
	definiuję charakterystykę objawową dla segmentów ruchowych czynnościowego przejścia piersiowo-łędźwiowego kręgosłupa	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania do wykonania określonej techniki manualnej oraz wykonując dedykowaną terapię</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>Uczestnik edukuje pacjenta w zakresie wyciszenia przyczyn powstawania dolegliwości</p>	<p>naucza ćwiczeń i technik autoterapii dla schorzeń narządu ruchu i profilaktyki, m.in.: ruch bierny, stretching, mobilizacje (uciskowe, skóry, tkanki podskórnej, czynne, bierne własne), techniki powięziowe, praca z przeponą</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
	<p>wyjaśnia trening wzmacniający mięśni fazowych, techniki relaksacyjne (np. trening Schultza) i redukujące napięcie mięśni</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
	<p>naucza poizometrycznej relaksacja mięśni</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
	<p>naucza mobilizacji punktów spustowych i maksymalnie bolesnych</p> <p>naucza treningu prawidłowych wzorców ruchowych w warunkach domowych</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p> <p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
	<p>edukuje pacjenta w zakresie anatomii, funkcji i autoterapii dla wybranych struktur mięśniowych</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	<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>Uczestnik edukuje pacjenta w zakresie wzorców reagowania na stres</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>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik przeprowadza profesjonalny wywiad fizjoterapeutyczny z pacjentem, w tym analizę wyników badań medycznych czyli historię choroby pacjenta</p>	definiuje wskazani i przeciwwskazania do pracy	Test teoretyczny
	analizuje spontaniczną wypowiedź pacjenta	Test teoretyczny
	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 psychogenne, aktualne leczenie, uczulenia, alergie, inne dolegliwości (bezsenność, wzroku, słuch, nadmierna potliwość), choroby organiczne, urazu, zażywane leki	Wywiad ustrukturyzowany
	analizuję dokumentacje co pozwala mu zidentyfikować ewentualne czerwone flagi	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 (55) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych).

Czas przerw nie wlicza się do czasu trwania usługi.

Czas trwania usługi:

-teoria - 23 godzin edukacyjnych (45-minutowych)

-praktyka - 32 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 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

Zajęcia prowadzone są na dwóch salach: sali wykładowej (120 m<sup>2</sup>) i sali do warsztatów i ćwiczeń (70m<sup>2</sup>). 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: 42

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 42 Seans zabiegowy	Justyna Sieracka	05-05-2025	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	05-05-2025	11:00	11:15	00:15
3 z 42 Reakcje pozabiegowe. Techniki zabiegowe dla sskb.- teoria, pokaz i praktyka	Justyna Sieracka	05-05-2025	11:15	13:15	02:00
4 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	05-05-2025	13:15	13:30	00:15
5 z 42 Mobilizacje- praktyka badania, wykorzystanie. Przykłady - analiza.	Bogumiła Dampc	05-05-2025	13:30	15:30	02:00
6 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	05-05-2025	15:30	16:15	00:45
7 z 42 Autoterapia - mobilizacja kuleczką	Michał Grząślewicz	05-05-2025	16:15	18:15	02:00
8 z 42 Terapia Edukacyjna - przyczyny zaburzeń czynności, elementy i zasady porozumiewania się.	Justyna Sieracka	06-05-2025	08:00	09:45	01:45
9 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	06-05-2025	09:45	10:00	00:15
10 z 42 Techniki badawcze dla srk - teoria, pokaz i praktyka	Justyna Sieracka	06-05-2025	10:00	11:55	01:55
11 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	06-05-2025	11:55	12:10	00:15
12 z 42 Badanie sskb i techniki poziome- teoria, pokaz i praktyka	Bogumiła Dampc	06-05-2025	12:10	13:30	01:20
13 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	06-05-2025	13:30	13:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 42 Zespół Th/L- klinika	Bogumiła Dampc	06-05-2025	13:45	15:30	01:45
15 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	06-05-2025	15:30	16:15	00:45
16 z 42 Autoterapia	Michał Grząślewicz	06-05-2025	16:15	18:15	02:00
17 z 42 Terapia Manualna Rakowskiego	Justyna Sieracka	07-05-2025	08:00	09:45	01:45
18 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	07-05-2025	09:45	10:00	00:15
19 z 42 Zespół łuku atlasu wg Arlena - teoria, patogeneza, objawy, terapia. Badanie i techniki dla Oo/C- teoria, pokaz i praktyka	Justyna Sieracka	07-05-2025	10:00	11:55	01:55
20 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	07-05-2025	11:55	12:10	00:15
21 z 42 Klinina - zespół Th/L - ciąg dalszy	Bogumiła Dampc	07-05-2025	12:10	13:30	01:20
22 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	07-05-2025	13:30	13:45	00:15
23 z 42 Badania dla Th/L- praktyka. Techniki zabiegowe.	Bogumiła Dampc	07-05-2025	13:45	15:30	01:45
24 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	07-05-2025	15:30	16:15	00:45
25 z 42 Autoterapia.	Michał Grząślewicz	07-05-2025	16:15	18:15	02:00
26 z 42 Terapia Edukacyjna	Justyna Sieracka	08-05-2025	08:00	09:45	01:45
27 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	08-05-2025	09:45	10:00	00:15



Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
28 z 42 Techniki dla Oo/C- pokaz i praktyka	Justyna Sieracka	08-05-2025	10:00	11:55	01:55
29 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	08-05-2025	11:55	12:10	00:15
30 z 42 Techniki zabiegowe dla L i Th	Bogumiła Dampc	08-05-2025	12:10	13:30	01:20
31 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	08-05-2025	13:30	13:45	00:15
32 z 42 Klinika - analiza przypadków	Bogumiła Dampc	08-05-2025	13:45	15:30	01:45
33 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	08-05-2025	15:30	16:15	00:45
34 z 42 Autoterapia	Michał Grząślewicz	08-05-2025	16:15	18:15	02:00
35 z 42 Omówienie stawów żeber - badanie i terapia	Justyna Sieracka	09-05-2025	08:00	09:45	01:45
36 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	09-05-2025	09:45	10:00	00:15
37 z 42 Techniki dla stawów żeber- pokaz i praktyka	Justyna Sieracka	09-05-2025	10:00	11:55	01:55
38 z 42 Przerwa	Justyna Sieracka	09-05-2025	11:55	12:10	00:15
39 z 42 Pchnięcie kranialne- teoria, pokaz i praktyka	Bogumiła Dampc	09-05-2025	12:10	13:30	01:20
40 z 42 Przerwa	Bogumiła Dampc	09-05-2025	13:30	13:45	00:15
41 z 42 Zespół Thm- teoria	Justyna Sieracka	09-05-2025	13:45	15:00	01:15
42 z 42 Walidacja - test wiedzy	-	09-05-2025	15:00	15:30	00:30

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	54,55 PLN
Koszt osobogodziny netto	54,55 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

### Bogumiła Dampc

dr n. o zdr. - Akademia Medyczna w Poznaniu - rok ukończenia 2020  
mgr fizjoterapii – Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu- fizjoterapia - rok ukończenia 2007  
Fizjoterapeuta – numer wykonywania zawodu: 16943  
Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR Nauczyciel Dyplomowany Terapii Manualnej Rakowskiego – nr certyfikatu 4/2016- Polskie Towarzystwo Terapii Manualnej Holistycznej.  
Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, konferencjach i spotkaniach naukowych. W ciągu ostatnich 5 lat przeszkoliła ponad 200 kursantów z Terapii Manualnej Rakowskiego i Terapii Dna Miednicy.  
Odbyte kurs w ostatnich 5 latach:

- Pessaroterapia „Hands-On” – J. Kociszewski – 2024r.
- ABC Uroginekologii „Hands-On” – J. Kociszewski – 2024r.
- Fizjoterapia zaburzeń dna miednicy metodą Koszli – 2024r.
- Szkoła Focusingu – kurs podstawowy na 4 poziomach kształcący umiejętności Focusingu Relacji Wewnętrznych – 2023/2024
- Pelvic Floor Sonofeedback Therapy – Ultrasonografia w fizjoterapii zaburzeń dna miednicy – Urosilesia Akademia – 2023r.
- Fizjoterapia u Urologii i Uroonkologii Mężczyzn – Urosilesia Akademia – 2023r.
- Fizjoterapia u Uroginekologii Interdyscyplinarnie – Urosilesia Akademia – 2022r.
- Psychika, Emocje i Duchowość wg. Tradycyjnej Medycyny Chińskiej – 2021r.
- „To ma sens” – szkolenie z psychoterapii dla fizjoterapeutów – Polski Instytut Ericksonowski – 2021r.



2 z 3

### Justyna Sieracka

mgr rehabilitacji ruchowej - Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu - rok ukończenia 1997  
Fizjoterapeuta - numer wykonywania zawodu: 15368.  
Terapeuta Manualny z z IV° stopniem kompetencji TMR - 2024  
Nauczyciel Dyplomowany Terapii Manualnej Rakowskiego - nr certyfikatu 2/2021 - Polskie

Towarzystwo Terapii Manualnej Holistycznej - 2021

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, konferencjach i spotkaniach naukowych. W ciągu ostatnich 5 lat przeszkoliła ponad 100 kursantów z Terapii Manualnej Rakowskiego i Terapii Tkank Miękkich.

Holistyczna Szkoła Rodzenia – prowadzenie wykładów i zajęć praktycznych

Odbyte kursy w ostatnich 5 latach:

Cranial Nerves (CSCN) – Upledger Institute Poland - 2024

SomatoEmocjonalne Uwolnienie moduł III – Upledger Institute Poland - 2024

Terapia CranioSacralna Upledgera moduł II – Upledger Institute Poland - 2024

Terapia CranioSacralna Upledgera moduł I – Upledger Institute Poland - 2023

Zdrowie Kobiety – 2023

Kurs Instruktorski Masażu Metodą Shantala – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji

Poznawczych. – 2022

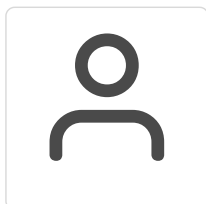
Kurs Terapia Linii Środkowej - Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych. – 2022

Warsztaty Terapia Ręki – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych. – 2022

Racjonalna Terapia Zachowania RTZ – Centrum Psychoterapii Integralnej – 2022

Kurs Akupunktury - Acuart (International School of Classical Akupuncture)/ Wielkopolska Szkoła Akupunktury – 2021-2023

Akupunktura Ucha w terapii bólu - Wielkopolska Szkoła Akupunktury – 2021



3 z 3

## Michał Grząślewicz

mgr fizjoterapii, terapeuta z II stopniem kompetencji, aktywnie uczestniczy w szkoleniach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu Fizjoterapii

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują skrypt.

### 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

Uczestnik po ukończeniu kursu: Terapia Manualna Rakowskiego - kurs podstawowy moduł II otrzymuje zaświadczenie.

Cały kurs Terapii Manualnej Rakowskiego obejmuje cztery części, każda trwa pięć dni (od poniedziałku do piątku) - razem 218 godzin edukacyjnych.

#### Terminy poszczególnych modułów:

**moduł I: 03-07.03.2025**

**moduł II: 05-09.05.2025**

**moduł III: 07-11.07.2025**

#### **moduł IV: 22-26.09.2025**

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.

Zaplanowane przerwy:

w dn. 5.05.2025 w godzinach:

11:00-11:15

13:15-13:30

15:30-16:15

w dn. 9.05.2025 w godzinach:

9:45-10:00

11:55-12:10

13:30-13:45

w pozostałe dni trwania kursu w godzinach:

9:45-10:00

11:55-12:10

13:30-13:45

15:30-16:15

Ukończenie czterech modułów kursu podstawowego **uprawnia do dalszego kształcenia specjalistycznego TMR** w pełnym lub wybranym zakresie.

## **Adres**

ul. Leśna 1

62-080 Sierosław

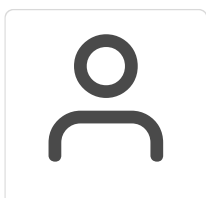
woj. wielkopolskie

Zajęcia odbywają się w siedzibie Instytutu Rakowskiego, w budynku Centrum Terapii Manualnej w Sierosławiu.

## **Udogodnienia w miejscu realizacji usługi**

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

## **Kontakt**



**Katarzyna Polańska-Bebejewska**

**E-mail** [instytut@ctmrakowski.pl](mailto:instytut@ctmrakowski.pl)

**Telefon** (+48) 618 147 900

