



DAWID KASOLIK  
SYNTONIC

★★★★★ 4,9 / 5

505 ocen

## DNS - Dynamic Neuromuscular Stabilization (moduł A i B)

Numer usługi 2025/03/06/35015/2601942

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 36 h

📅 12.12.2025 do 03.02.2026

4 980,00 PLN brutto

4 980,00 PLN netto

138,33 PLN brutto/h

138,33 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Medycyna                                                                                                                                                    |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | Fizjoterapeuci, osteopaci, masażyści, terapeuci manualni, chiropraktycy, neurologi, ortopedzi, psychologowie, lekarze, trenerzy personalni, trenerzy przygotowania motorycznego. |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 18                                                                                                                                                                               |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 22                                                                                                                                                                               |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 10-12-2025                                                                                                                                                                       |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | stacjonarna                                                                                                                                                                      |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 36                                                                                                                                                                               |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych                                                                 |

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest uzyskanie przez uczestnika umiejętności teoretycznych oraz praktycznych na temat samodzielnego stosowania terapii DNS u pacjentów w różnych przypadkach klinicznych i w różnym wieku od dzieci do seniorów.

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

| Efekty uczenia się                                                                                             | Kryteria weryfikacji                                     | Metoda walidacji                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Poznaje kinezylogię i ontogenezę w pierwszym roku życia                                                        | Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.          | Wywiad swobodny                     |
| Analizuje i ocenia stabilizację kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej oraz wzorce oddechowe | Dokonanie prawidłowej analizy posturalnej pacjenta       | Wywiad swobodny                     |
|                                                                                                                |                                                          | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Rozróżnia i definiuje stabilizację posturalną w różnych przypadkach klinicznych                                | Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.          | Wywiad swobodny                     |
| Poznaje i wykorzystuje ćwiczenia dns w różnych pozycjach. Stosuje techniki relaksacyjne.                       | Dokonanie wyboru odpowiednich technik pracy z pacjentem. | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                                |                                                          | Wywiad swobodny                     |

## 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

Szkolenie odbywa się w sali zaopatrzonej w rzutni multimedialny, stoły terapeutyczne oraz miejsce z matami do ćwiczeń.

W trakcie zajęć teoretycznych uczestnicy korzystają z miejsca przeznaczonego na naukę tematów teoretycznych.

W czasie praktyki korzystają z kozetek terapeutycznych oraz mat do ćwiczeń.

Zajęcia rozliczane są w godzinach zegarowych.

**Moduł A**

1. Kinezylogia rozwojowa, ontogeneza – podstawowe zagadnienia
2. Informacje związane z rozwojem człowieka, przebiegiem podstawowych wzorców ruchowych i ich zmianie w trakcie pierwszych miesięcy życia.
3. Fazy rozwoju w pierwszym roku życia

Podstawowe terminy i zagadnienia związane z fazami rozwoju motoryki w pierwszym roku życia człowieka. Ich prawidłowy przebieg.

3. Stabilizacja kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej, wzorce oddechowe.

Zagadnienia związane ze stabilizacją ciała w różnych segmentach organizmu. Analiza tej cechy z uwzględnieniem płaszczyzny strzałkowej oraz z jednoczesną analizą wzorców oddechowych i ich wpływu na w/w zagadnienia.

4. Testy posturalne DNS – system stabilizacji kręgosłupa.

Zagadnienia związane z analizą i wykorzystaniem testów posturalnych DNS w praktyce terapeutycznej. Informacje związane ze znaczeniem i wpływie systemu stabilizacyjnego na stan kręgosłupa.

5. Podstawy badania stabilizacji posturalnej i zasady leczenia

Zasady leczenia pacjentów wykazujących problemy z systemem stabilizującym kręgosłup. Sposób prowadzenia terapii, indywidualizacja terapii, periodyzacja.

6. Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia

Zagadnienia związane ze stabilizacją posturalną ze szczególnym uwzględnieniem pozycji supinacyjnej. Wpływie tej pozycji na prawidłową i nieprawidłową postawę ciała u pacjentów. Przykłady leczenia oraz propozycje autoterapii.

7. Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia

Zagadnienia związane ze stabilizacją posturalną ze szczególnym uwzględnieniem pozycji pronacyjnych. Wpływie tej pozycji na prawidłową i nieprawidłową postawę ciała u pacjentów. Przykłady leczenia oraz propozycje autoterapii.

8. Stabilizacja posturalna – wyższe pozycje powiązane z rozwojem dziecka w okresie 3-14 miesięcy. Wstęp do modułu B.

## Moduł B

1. Zagadnienia związane z pozycjami wyższymi i ich wykorzystaniem w trakcie analizy pacjenta oraz leczeniu. Wstępne wprowadzenie w zagadnienia z modułu B.

2. Rozwój kinezylogiczny i ontogenetyczny. Przegląd podstawowych zasad

Zagadnienia związane z systematycznym przeglądem dotyczącym rozwoju motoryki w trakcie rozwoju osobniczego człowieka. Przegląd zasad dotyczących tego rozwoju.

3. Odruchy pierwotne, reakcje i aktywność posturalna w pierwszym roku życia. Rozwój funkcjonalny w pierwszym roku życia. Rozróżnianie prawidłowego i patologicznego rozwoju. Problemy centralnej koordynacji.

Omówienie zagadnień związanych z występowaniem przetrwałych odruchów pierwotnych – ich wpływie na rozwój prawidłowej postawy ciała. Omówienie problemów związanych z dysfunkcją centralnej koordynacji.

5. Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach supinacyjnych.

Zaawansowane techniki wykorzystywania pozycji supinacyjnych w trakcie terapii pacjenta – periodyzacja, modyfikacja i indywidualizacja.

6. Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach pronacyjnych.

Zaawansowane techniki wykorzystywania pozycji pronacyjnej w trakcie terapii pacjenta – periodyzacja, modyfikacja i indywidualizacja.

7. Dysprakcja rozwojowa, DCD, funkcje korowe

Omówienie zagadnień związanych z dysfunkcjami w obszarze korowym centralnego układu nerwowego.

8. Warsztat pracy nad supinacją i pronacją.

Szczegółowa i zaawansowana praca nad technikami związanymi z supinacją i pronacją

9. Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – wstęp do podstawowych synergizmów mięśniowych. Modyfikacje i progresja ipsilateralnego wzorca ruchowego.

Szczegółowe omówienie i przećwiczenie zagadnień związanych z wykorzystaniem pozycji bocznych w trakcie analizy i leczenia pacjentów.

10 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – zaawansowane „wyższe” pozycje ontogenetyczne dla ćwiczeń aktywnych. Edukacja pacjenta.

Tematy związane z edukacją pacjenta w kwestii wykonywania ćwiczeń w prawidłowy sposób, prewencji i profilaktyki. Wykorzystanie zaawansowanych technik z wykorzystaniem wyższych pozycji ciała.

11. Podstawowe techniki mobilizacji i relaksacji.

Omówienie oraz praktyczne przećwiczenie narzędzi terapeutycznych wykorzystywanych do mobilizacji oraz relaksacji pacjenta.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 22

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                   | Prowadzący          | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 22</div> Kinezylogia rozwojowa, ontogeneza – podstawowe zagadnienia                              | Magdalena Lepsikova | 12-12-2025            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |
| <div>2 z 22</div> Fazy rozwoju w pierwszym roku życia                                                     | Magdalena Lepsikova | 12-12-2025            | 10:45               | 12:30               | 01:45         |
| <div>3 z 22</div> Stabilizacja kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej, wzorce oddechowe | Magdalena Lepsikova | 12-12-2025            | 13:30               | 15:00               | 01:30         |
| <div>4 z 22</div> Podstawy badania stabilizacji posturalnej i zasady leczenia                             | Magdalena Lepsikova | 13-12-2025            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                          | Prowadzący          | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>5 z 22</div> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia | Magdalena Lepsikova | 13-12-2025            | 10:45               | 12:30               | 01:45         |
| <div>6 z 22</div> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia | Magdalena Lepsikova | 13-12-2025            | 13:30               | 15:00               | 01:30         |
| <div>7 z 22</div> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia | Magdalena Lepsikova | 13-12-2025            | 15:15               | 17:00               | 01:45         |
| <div>8 z 22</div> Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych                                                                                        | Magdalena Lepsikova | 13-12-2025            | 15:15               | 17:00               | 01:45         |
| <div>9 z 22</div> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia  | Magdalena Lepsikova | 14-12-2025            | 08:30               | 10:30               | 02:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                          | Prowadzący          | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>10 z 22</div> Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia | Magdalena Lepsikova | 14-12-2025            | 10:45               | 12:30               | 01:45         |
| <div>11 z 22</div> Stabilizacja posturalna – wyższe pozycje powiązane z rozwojem dziecka w okresie 3-14 miesiąca. Wstęp do modułu B.             | Magdalena Lepsikova | 14-12-2025            | 13:30               | 15:30               | 02:00         |
| <div>12 z 22</div> Rozwój kinezyologiczny i ontogenetyczny. Przegląd podstawowych zasad                                                          | Julia Demekova      | 01-02-2026            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |
| <div>13 z 22</div> Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach supinacyjnych.    | Julia Demekova      | 01-02-2026            | 13:30               | 15:00               | 01:30         |
| <div>14 z 22</div> Testy posturalne DNS – system stabilizacji kręgosłupa                                                                         | Julia Demekova      | 01-02-2026            | 15:15               | 17:00               | 01:45         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                              | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 15 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach pronacyjnych                      | Julia Demekova | 02-02-2026            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |
| 16 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych                                                                                                       | Julia Demekova | 02-02-2026            | 10:45               | 12:30               | 01:45         |
| 17 z 22 Dysprakcja rozwojowa, DCD, funkcje korowe                                                                                                    | Julia Demekova | 02-02-2026            | 13:30               | 15:00               | 01:30         |
| 18 z 22 Warsztat pracy nad supinacją i pronacją                                                                                                      | Julia Demekova | 02-02-2026            | 15:15               | 17:00               | 01:45         |
| 19 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – wstęp do podstawowych synergizmów mięśniowych. Modyfikacje i progresja ipsilateralnego wzorca ruchowego | Julia Demekova | 03-02-2026            | 08:30               | 10:30               | 02:00         |
| 20 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – zaawansowane „wyższe” pozycje ontogenetyczne dla ćwiczeń aktywnych. Edukacja pacjenta.                  | Julia Demekova | 03-02-2026            | 10:45               | 12:45               | 02:00         |
| 21 z 22 Podstawowe techniki mobilizacji i relaksacji                                                                                                 | Julia Demekova | 03-02-2026            | 13:30               | 15:00               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 22 z 22 Walidacja       | -          | 03-02-2026            | 15:00               | 15:30               | 00:30         |

# Cennik

## Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 4 980,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 4 980,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 138,33 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 138,33 PLN   |

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

## Magdalena Lepsikova

Ukończone w 1998 Department of Physical Therapy at Palacky University w Olomouck. Specjalizuje się w pracy nad dysfunkcjami systemu lokomocyjnego. Od 2002 pracuje w the Rehabilitation and Sport Medicine Department at the Motol University Hospital w Pradze. Pracuje zarówno z dziećmi jak i osobami dorosłymi. W 2011 została szefem rehabilitacji w the Centre of Movement Medicine w Pradze.

Ukończyła takei szkolenia jak Dynamic Neuromuscular Stabilization, Vojta Reflex locomotion principles, Mobilization and Soft Tissue Techniques according to Lewit, i the Bobath Method for adults.



2 z 2

## Julia Demekova

Ukończone w 1998 Department of Physical Therapy at Palacky University w Olomouck. Specjalizuje się w pracy nad dysfunkcjami systemu lokomocyjnego. Od 2002 pracuje w the Rehabilitation and Sport Medicine Department at the Motol University Hospital w Pradze. Pracuje zarówno z dziećmi jak i osobami dorosłymi. W 2011 została szefem rehabilitacji w the Centre of Movement Medicine w Pradze.

Ukończyła takei szkolenia jak Dynamic Neuromuscular Stabilization, Vojta Reflex locomotion principles, Mobilization and Soft Tissue Techniques according to Lewit, i the Bobath Method for adults.



# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt w formie papierowej

## Warunki uczestnictwa

Uczestnik zobowiązany jest do wcześniejszego zarejestrowania się na szkolenie poprzez stronę syntonic.pl w celu rezerwacji miejsca na szkolenie.

Wykształcenie medyczne - fizjoterapeuci, masażyści, lekarze, osteopaci lub wykształcenie dotyczące nauki o zdrowiu np: trenerzy przygotowania motorycznego, trenerzy.

## Informacje dodatkowe

Jeśli potrzebujesz pomocy to wejdź na naszą stronę, zaloguj się do panelu klienta i daj znać czy potrzebujesz nocleg, transport z lotniska lub chcesz zamówić jedzenie w trakcie szkolenia. W razie jakichkolwiek pytań zapraszamy do kontaktu z naszym centrum szkoleniowym.

[www.syntonic.pl](http://www.syntonic.pl)

**Podstawa zwolnienia z VAT: art.43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy o podatku od towarów i usług. Kurs organizowany w ramach Niepublicznej Placówki Kształcenia Ustawicznego „Syntonic” (numer RSPO: 478 034)**

## Adres

pl. Strzelecki 20  
50-224 Wrocław  
woj. dolnośląskie

Workband Sale Szkoleniowe  
Plac Strzelecki 20

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Rzutnik cyfrowy,

## Kontakt



**Aleksandra Gregorczyk**

**E-mail** [kasolik@syntonic.pl](mailto:kasolik@syntonic.pl)

**Telefon** (+48) 577 365 999