



PROFITONIC Maciej
Leonard



Specjalistyczny kurs Trenera Medycznego - poziom I

Numer usługi 2025/05/08/119739/2732395

📍 Białystok / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 06.06.2025 do 08.06.2025

3 950,00 PLN brutto

3 950,00 PLN netto

164,58 PLN brutto/h

164,58 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Kurs trenera medycznego to specjalistyczne szkolenie skierowane do osób, które chcą pracować z klientami wymagającymi szczególnej uwagi ze względu na ich stan zdrowia, rehabilitację lub prewencję urazów. Tego rodzaju kurs łączy wiedzę z zakresu medycyny, rehabilitacji, fizjoterapii i treningu, umożliwiając prowadzenie zajęć fizycznych z osobami w różnym wieku i z różnymi problemami zdrowotnymi.
Minimalna liczba uczestników	3
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	05-06-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	24
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

Cel edukacyjny kursu trenera personalnego polega na przygotowaniu uczestników do pełnienia roli profesjonalnego trenera, który potrafi skutecznie i bezpiecznie prowadzić treningi fizyczne dla klientów o różnych celach i poziomach zaawansowania. Uczestnicy kursu zdobywają wiedzę teoretyczną i praktyczną niezbędną do pracy z indywidualnymi klientami, w tym znajomość technik treningowych, zasad żywienia, motywowania oraz zapobiegania urazom.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza Uczestnik zna budowę i funkcje układów ciała (mięśniowego, kostnego, nerwowego) oraz ich rolę w ruchu i rehabilitacji. Rozumie wpływ chorób i urazów na funkcjonowanie organizmu oraz podstawowe zasady rehabilitacji. Zna metody dostosowania treningu do osób z różnymi schorzeniami (np. choroby kręgosłupa, serca, cukrzyca, otyłość). Posiada wiedzę na temat zasad żywienia i suplementacji wspierających proces rehabilitacji. Rozumie psychologiczne aspekty pracy z pacjentami oraz zasady budowania motywacji i zaufania. Zna przepisy prawne i etyczne dotyczące pracy trenera medycznego.	Prawidłowe rozpoznanie i nazwanie głównych układów ciała oraz ich funkcji Poprawne wyjaśnienie zasad działania mięśni, stawów i więzadeł Umiejętność określenia wpływu chorób na funkcjonowanie organizmu Wskazanie zasad rehabilitacji i leczenia urazów Identyfikacja problemów zdrowotnych, takich jak ból pleców, stawów czy osteoporoza Poprawne omówienie zasad współpracy z lekarzami i fizjoterapeutami Wyjaśnienie procedur postępowania w stanach pooperacyjnych Znajomość zasad prawidłowego nawodnienia organizmu Opracowanie planu diety wspierającej regenerację i zdrowie Poprawny dobór suplementacji w procesie rehabilitacji Znajomość praw i obowiązków trenera medycznego	Test teoretyczny
	Właściwe zastosowanie metod prewencji urazów i treningu funkcjonalnego Prawidłowy dobór ćwiczeń w zależności od stanu zdrowia pacjenta Umiejętność stosowania technik rozciągania, mobilizacji i stabilizacji Monitorowanie postępów pacjenta i dostosowywanie obciążeń treningowych Rozpoznanie czynników ryzyka kontuzji i wdrażanie działań prewencyjnych Opracowanie treningu dla osób z chorobami kręgosłupa, serca i układu krążenia Dostosowanie programu treningowego dla osób z nadwagą i otyłością Wskazanie odpowiednich ćwiczeń wspierających zdrowie stawów i kości	Wywiad swobodny
Umiejętności Potrafi analizować stan zdrowia pacjenta i dostosować program treningowy do jego potrzeb. Dobiera odpowiednie techniki mobilizacji, stabilizacji i prewencji urazów. Monitoruje postępy i dostosowuje intensywność ćwiczeń w trakcie procesu rehabilitacji. Tworzy indywidualne plany treningowe i rehabilitacyjne. Prowadzi profesjonalną komunikację z pacjentami i zespołem medycznym. Potrafi zarządzać sesjami treningowymi zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i etyki zawodowej.		Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Kompetencje społeczne Działa zgodnie z zasadami etyki zawodowej, dbając o bezpieczeństwo pacjenta. Świadomie podejmuje decyzje dotyczące planowania treningu i rehabilitacji. Potrafi budować relacje oparte na zaufaniu i wspierać pacjentów w procesie zdrowienia. Efektywnie współpracuje z zespołem medycznym w celu zapewnienia kompleksowej opieki.	Umiejętność motywowania pacjentów w procesie rehabilitacyjnym Skuteczna komunikacja z osobami cierpiącymi na przewlekłe schorzenia Stosowanie zasad budowania zaufania i pewności siebie u klientów Właściwa współpraca z zespołem medycznym (lekarze, fizjoterapeuci) Przestrzeganie zasad etyki w pracy z pacjentami	Test teoretyczny 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

1. Wprowadzenie do tematu treningu medycznego

- Rola trenera medycznego w procesie rehabilitacji i profilaktyki

2. Anatomia i biomechanika

- Anatomia palpacyjna oraz biomechanika kręgosłupa szyjnego i piersiowego

3. Praca z klientem z problemami w obrębie kręgosłupa szyjnego i piersiowego

a) Ocena postawy i diagnostyka

- Testy kliniczne i najczęstsze problemy (teoria)

b) Dobór ćwiczeń i progresja

- Prezentacja oraz dostosowanie ćwiczeń (część praktyczna)

c) Klient po zabiegu operacyjnym

- Najczęstsze procedury operacyjne, ich założenia oraz dobór ćwiczeń

d) Czerwone flagi

- Kiedy skierować klienta na badania lub do innego specjalisty

4. Anatomia i biomechanika kończyny górnej

- Anatomia palpacyjna oraz biomechanika obręczy barkowej i stawów kończyny górnej

5. Praca z klientem z problemami w obrębie obręczy barkowej oraz stawów

a) Ocena postawy i diagnostyka

- Zakresy ruchomości, podstawowe testy kliniczne i najczęstsze problemy (teoria)
- b) **Dobór ćwiczeń i progresja**
- Dopasowanie ćwiczeń do danej jednostki w oparciu o biomechanikę stawów i najczęstsze problemy (część praktyczna)
- c) **Klient po zabiegu operacyjnym**
- Przegląd najczęstszych procedur operacyjnych w obrębie obręczy barkowej i stawów obwodowych
- d) **Czerwone flagi**
- Kiedy skierować klienta na badania lub do innego specjalisty

6. Wywiad jako fundament budowania zaufania u klienta

- Teoria i praktyka przeprowadzania skutecznego wywiadu

7. Pozyskiwanie i utrzymanie klientów

- Strategie zdobywania klientów i budowania długotrwałej współpracy

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 950,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 950,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto	164,58 PLN
Koszt osobogodziny netto	164,58 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Szymon Kopko

Fizjoterapeuta z ponad 10 letnim doświadczeniem w pracy z pacjentami ortopedycznymi. Magister Fizjoterapii, Wykładowca akademicki, asystent dydaktyczny w Zakładzie Anatomii Prawidłowej Człowieka UMB

Certyfikowany terepeuta metody Manipulacji Powięzi wg Stecco.

Uczestnik licznych konferencji, w tym wystąpienia na międzynarodowych konferencjach (2015r. National Strength and Conditioning Association (NSCA), Orlando, USA; 2023r. Winter School Fascial anatomy, Padwa, Włochy). Trener Personalny, Trener Medyczny. Od 2015 roku prowadzi Centrum Specjalistycznej Rehabilitacji, gdzie stanowi główny filar zespołu codziennie prowadząc zajęcia terapeutyczne oraz treningi medyczne.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma materiały szkoleniowe zgodnie z tematyką usługi.

Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych z Funduszy Europejskich, warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych, zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy oraz spełnienie wszystkich warunków określonych przez Operatora, udzielającego dofinansowanie.

Informacje dodatkowe

Zajęcia będą prowadzone metodami:

Metody oparte na słowie: wykład, opowiadanie, pogadanka, opis, dyskusja

Metody aktywizujące: burza mózgów, obserwacja, dyskusja

Metody interaktywne: nauczanie oparte o problem, mapę myśli

Absolwent szkolenia otrzymuje po pozytywnie zdanym post-teście (min. 70 % punktów) oraz stwierdzeniu obecności na minimum 80% zajęć - zaświadczenie ukończenia szkolenia zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 18 sierpnia 2017r. w sprawie kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych.

harmonogram może ulec zmianie - będzie dopasowany do większej części grupy.

Adres

ul. Władysława Wysockiego 4/3

15-167 Białystok

woj. podlaskie

Centrum Specjalistycznej Rehabilitacji

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Maciej Leonard

E-mail maciejleonard@gmail.com

Telefon (+48) 514 970 108