



Medical Moment
Urszula Górecka-
Fligiel

★★★★★ 4,6 / 5
343 oceny

kurs DNS wg Kolara moduł A (Dynamic Neuromuscular Stabilization)

Numer usługi 2025/05/15/23372/2748229

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 14.11.2025 do 16.11.2025

2 390,00 PLN brutto

2 390,00 PLN netto

132,78 PLN brutto/h

132,78 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Kurs skierowany jest do osób posiadających dyplom ukończenia studiów fizjoterapeutycznych (magister, licencjat), dyplom osteopaty, dyplom technika masażyisty oraz do osób będących w trakcie studiów fizjoterapeutycznych, które mają ukończone przynajmniej dwa lata tychże studiów i rozpoczęły trzeci rok (weryfikowane na podstawie aktualnej legitymacji studenckiej, zaświadczenia z dziekanatu).
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	07-11-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	18
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

Celem jest zrozumienie podstawowych zasad kinezylogii rozwojowej, z naciskiem na rozwój w pierwszym roku życia, kluczowe kamienie milowe w rozwoju człowieka. Zapoznanie z rozwojem ruchów fazowych w połączeniu z rotacją kręgosłupa. Poznanie terminologii i zasad systemu DNS. Budowanie terapii opartej na zasadach DNS.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: - definiuje zasady i założenia koncepcji DNS - charakteryzuje wzorce ruchowe i techniki	- prawidłowo opisuje filozofię metody DNS - rozróżnia wzorce i techniki stosowane w pracy z pacjentem	Wywiad swobodny
UMIEJĘTNOŚCI: - przeprowadza wywiad z pacjentem zgodnie z zasadami DNS - planuje terapię zgodnie z zasadami DNS - prowadzi terapię z pacjentem	- prowadzi wywiad z uwzględnieniem wszystkich wytycznych - ocenia stan pacjenta - określa cele i metody pracy - argumentuje wybór terapii - demonstruje znajomość technik, wzorców i praktyczne ich zastosowanie, - ocenia postępy pacjentów wykorzystując testy funkcjonalne	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
KOMPETENCJE SPOŁECZNE: - nawiązuje kontakt z pacjentem - praca w zespole terapeutycznym, - przestrzega zasad etyki zawodowej	- prowadzi wywiad z pacjentem - komunikuje się z innymi osobami w zespole - dokonuje samooceny wykonanych zadań	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

DNS jest to metoda dostosowana do indywidualnego stanu pacjenta i uwzględnia kombinację wielu ćwiczeń (np. z metody Wojty). Obejmuje zasady kinezylogii rozwojowej, która pozwala odróżnić zachowania prawidłowe od zaburzonych wzorców ruchu. Polega na ocenie i korekcie nieprawidłowych wzorców oddechowych. Głównym celem leczenia jest optymalizacja rozłożenia sił wewnętrznych mięśni, które wpływają na odcinki kręgosłupa i/ lub innych stawów co przekłada się na wydajność ruchu. Znajduje zastosowanie w leczeniu:

* schorzeń neurologicznych (udar mózgu, stwardnienie rozsiane, choroba Parkinsona)

* schorzeń ortopedycznych (zespół bólowy kręgosłupa, schorzenia stawów, choroby zwyrodnieniowe, po wszczępieniu protez stawu biodrowego i kolanowego, stawów, zapalenie nadkłykcia boczego kości ramiennej, uszkodzenie stożka rotatorów / zespół ciasnoty podbarkowej)

* schorzeń pediatrycznych (porażenie mózgowe, skolioza, wady postawy związane z wrodzonym zwężeniem stawów biodrowych itp.)

Terapia metodą DNS jest dostosowywana do indywidualnego stanu pacjenta i uwzględnia kombinację wielu ćwiczeń. Praktycy wykorzystujący tę metodę w codziennej pracy, podkreślają, że jest ona mniej wyczerpująca dla pacjenta niż wiele innych metod fizjoterapii, dlatego często stosuje się ją u dzieci, osób starszych, a także pacjentów, którzy nie mogą wykonywać intensywnych ćwiczeń, na przykład pacjentów onkologicznych.

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach zegarowych (1 godzina zegarowa to 60 minut) i wynosi 18h, co stanowi 24 godziny dydaktyczne (45 min).

W harmonogramie ujęto również przerwy - łącznie 3,45 godz w ciągu 3 dni.

Osoba prowadząca walidację: Urszula Górecka-Fligiel

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Kinezylogia rozwojowa, ontogeneza – podstawy.	Veronika Cmolikova, MPT	14-11-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 11 Fazy rozwojowe w I roku życia – fizjologiczny i patologiczny rozwój.	Veronika Cmolikova, MPT	14-11-2025	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 11 Stabilizacja kręgosłupa, tułowia i miednicy w płaszczyźnie strzałkowej, stereotyp oddechowy (idealny i modele patologiczne).	Veronika Cmolikova, MPT	14-11-2025	13:30	15:00	01:30
4 z 11 System stabilizacji kręgosłupa. Testy postawy. DNS zasady oceny. Przeprowadzenie wywiadu swobodnego z uczestnikiem przez osobę walidującą. Obserwacja w czasie rzeczywistym przez osobę walidującą	Veronika Cmolikova, MPT	14-11-2025	15:15	17:00	01:45
5 z 11 Podstawowa ocena stabilizacji postawy i zasady leczenia. Obserwacja w czasie rzeczywistym przez osobę walidującą.	Veronika Cmolikova, MPT	15-11-2025	09:00	10:30	01:30
6 z 11 Stabilizacja postawy: podstawowe pozycje na plecach odpowiadające rozwojowi stanowiska: ocena i leczenie / zasady samoleczenia: teoria i demonstracja.	Veronika Cmolikova, MPT	15-11-2025	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 11 Stabilizacja postawy: podstawowe pozycje na plecach odpowiadające rozwojowi pozycje: ręce na warsztacie.	Veronika Cmolikova, MPT	15-11-2025	13:30	15:00	01:30
8 z 11 Stabilizacja postawy: podstawowe pozycje na plecach odpowiadające rozwojowi pozycje: ręce na warsztacie.	Veronika Cmolikova, MPT	15-11-2025	15:15	17:00	01:45
9 z 11 Stabilizacja postawy: podstawowe pozycje brzucha odpowiadające rozwojowi – teoria i demonstracja: ocena i leczenie / samoleczenie zasady.	Veronika Cmolikova, MPT	16-11-2025	08:30	10:30	02:00
10 z 11 Stabilizacja postawy: podstawowe pozycje brzucha odpowiadające rozwojowi, pozycje: ręce na warsztacie. Obserwacja w czasie rzeczywistym przez osobę walidującą.	Veronika Cmolikova, MPT	16-11-2025	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 11 Stabilizacja postawy: demonstracja wyższych pozycji odpowiadających rozwój 3-14 miesięcy: wprowadzenie do kursu DNS B. Dyskusja końcowa.	Veronika Cmolikova, MPT	16-11-2025	13:00	14:15	01:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 390,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 390,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	132,78 PLN
Koszt osobogodziny netto	132,78 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Veronika Cmolikova, MPT

MPT jest absolwentką Uniwersytetu Palackiego w Ołomuńcu w 2007 roku. Od dwóch lat praktykuje MPT w Lipova Spa. W tym okresie była współ-nauczycielką kursy z medycyny manualnej - mobilizacje i techniki tkanek miękkich - zgodnie z techniki profesora Karela Lewita.

Od 2009 roku Veronika praktykuje w Klinice Rehabilitacji i Medycyny Fizycznej na Wydziale Szpital w Motol w Pradze, pod kierunkiem profesora Pavla Kolara. Od początku swojej pracy w Motol pomagała w prowadzeniu kursów z zakresu Dynamicznej Stabilizacji Nerwowo-Mięśniowej, w zgodnie z metodami profesora Kolara. Dwa lata później (w 2011) Julia uzyskała certyfikat instruktor w DNS: pierwszy i jedyny instruktor ze Słowacji. Oprócz tego w tym czasie ona studiował metody profesora Karela Lewita.

Veronika ma bogate doświadczenie w leczeniu pacjentów neurologicznych, narządu ruchu i

ortopedii:

pracowała na oddziale urazów rdzenia kręgowego od 2009 do 2015 roku. Nadal leczy zarówno dorosłych, jak i dzieci

z różnymi diagnozami. Julia w swojej codziennej pracy łączy wiedzę z różnych dziedzin uczęszczała na różne kursy: Diagnostyka i leczenie zaburzeń czynnościowych w

Układ mięśniowo-szkieletowy (2007); Koncepcja S-E-T (2009); Stymulacja sensoryczna (2010);

Taping medyczny

Koncepcja (2010); Lokomocja czworonożna w profilaktyce i leczeniu czynnościowych

Zaburzenia układu osiowego (2011), Kinezyjologia rozwojowa w diagnostyce i leczeniu

Niemowlęta (2014) i manipulacje powięziowe według Stecco (2018).

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują skrypt stanowiący kompendium wiedzy.

Uczestnik kursu otrzymuje Certyfikat zaświadcający o ukończeniu szkolenia i wymiarze jego godzin.

Informacje dodatkowe

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc.

Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie regulaminu świadczenia usług szkoleniowych przez firmę Medical Moment. W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie:

www.medicalmoment.pl

Link do formularza: <https://medicalmoment.pl/kursy-i-szkolenia/kurs/dns-wg-kolara-modul-a-dynamic-neuromuscular-stabilization>

W formularzu w zakładce "Uwagi" należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury.

Po potwierdzeniu wysłaniu formularza zgłoszeniowego i potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR

Adres

ul. Dzwonkowa 62/62

02-290 Warszawa

woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Aleksandra Zientala

E-mail biuro@medicalmoment.pl

Telefon (+48) 791 830 828