



Kurs Instruktora Gimnastyki Korekcyjnej w ujęciu Holistycznym

Numer usługi 2025/07/18/28768/2887483

2 500,00 PLN brutto

2 500,00 PLN netto

96,15 PLN brutto/h

96,15 PLN netto/h

Centrum
Kształcenia Kadr
Sportowych
Bartłomiej Cienciała

★★★★★ 4,9 / 5

2 776 ocen

📍 Wilczyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 26 h

📅 01.08.2025 do 03.08.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Grupa docelowa usługi	Kurs przeznaczony jest przede wszystkim dla nauczycieli wychowania fizycznego, wczesnoszkolnego i przedszkolnego oraz fizjoterapeutów, trenerów medycznych i personalnych i nauczycieli innych przedmiotów, lub osób które chcą prowadzić zajęcia korekcyjne w szkołach i w placówkach gdzie takie zajęcia się odbywają.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	31-07-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	26
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

Absolwent w sposób bezpieczny i świadomy przeprowadza zajęcia z Gimnastyki Korekcyjnej indywidualnie i grupowej. Tworzy ćwiczenia w oparciu o holistyczne zdiagnozowanie postawy ciała i znalezienie przyczyny danej dysfunkcji. Skutecznie posługuje się testami i badaniem obserwacyjnym. Zdobyta wiedza umożliwia wprowadzenie nowej usługi w

pracy indywidualnej lub rozpoczęcie pracy jako instruktor zajęć ogólnorozwojowych z elementami gimnastyki korekcyjnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje dozwolone ćwiczenia rozgrzewkowe i aktualne wytyczne odnośnie ćwiczeń ogólnorozwojowych u dzieci,	Odpowiedź na pytania odnośnie zagadnień poruszanych na kursie zamieszczonych w skrypcie	Test teoretyczny
Posługuje się wiedzą na temat poprawności wykonywanych ćwiczeń	Opisuje, które ćwiczenia i jak należy wykonywać oraz z jaką intensywnością, a które są całkowicie zabronione i mogą zaszkodzić podopiecznym,	Test teoretyczny
Wymienia rodzaje wad postawy i dysfunkcji aparatu ruchu	Opisuje szczegółowo dostępne testy diagnostyczne	Test teoretyczny
	Opisuje charakterystykę objawów: płaskostopia, stopy końskiej, koślawości i szpotawości kolan, skoliozy i innych dysfunkcji	Test teoretyczny
	Wyjaśnia jak użyć gum, rollerów, taśm	Test teoretyczny
	Utrwala efekty pracy za pomocą dostępnych metod	Demonstruje ćwiczenia zaliczane do autoterapii
Wykonuje badanie obserwacyjne dziecka	Sporządza kartę pacjenta z graficznym zapisem postawy ciała	Test teoretyczny
Tworzy plan ćwiczeń w oparciu o zdiagnozowaną wadę postawy	Prowadzi skuteczną terapię korekcyjną	Test teoretyczny
	Dostosowuje poziom intensywności ćwiczeń do poziomu sprawności osoby ćwiczącej	Test teoretyczny
Prawidłowo wykonuje ćwiczenia i instruuje osobę ćwiczącą	Pokazuje i objaśnia poprawność wykonywanych ćwiczeń	Test teoretyczny
	Używa języka zrozumiałego dla osoby ćwiczącej	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

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

Kurs trwa 26 godzin edukacyjnych.

Godzina edukacyjna to 45min.

Teoria:

Holistyczne podejście do pracy z drugim człowiekiem

Anatomia funkcjonalna człowieka

Układ ruchu bierny i czynny

Psychologiczne aspekty pracy holistycznej

Najczęstsze rodzaje schorzeń i dysfunkcji u dzieci

Badanie obserwacyjne - istota badania

Metodyka prowadzenia zajęć korekcyjnych

Intensywność ćwiczeń

Etyka pracy

Struktura skutecznej pracy korekcyjnej w ujęciu holistycznym

Praktyka:

Badanie obserwacyjne

Rozgrzewka przed ćwiczeniami

Ćwiczenia indywidualne w różnych jednostkach chorobowych

Dopuszczalne i bezpieczne ćwiczenia grupowe

Autoterapia

Elementy masażu i automasażu

Ćwiczenia wzmacniające

Ćwiczenia rozluźniające

Ćwiczenia relaksacyjne

Stretching

Sposoby utrwalania efektów pracy

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 27

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 27 Holistyczne podejście do pracy z drugim człowiekiem	Bartłomiej Cienciąła	01-08-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 27 przerwa kawowa	Bartłomiej Cienciąła	01-08-2025	10:30	10:45	00:15
3 z 27 Anatomia funkcjonalna człowieka	Bartłomiej Cienciąła	01-08-2025	10:45	12:15	01:30
4 z 27 Układ ruchu bierny i czynny	Bartłomiej Cienciąła	01-08-2025	12:15	13:00	00:45
5 z 27 przerwa obiadowa	Bartłomiej Cienciąła	01-08-2025	13:00	13:30	00:30
6 z 27 Psychologiczne aspekty pracy holistycznej	Bartłomiej Cienciąła	01-08-2025	13:30	14:15	00:45
7 z 27 Badanie obserwacyjne - istota badania (teoria i praktyka)	Bartłomiej Cienciąła	01-08-2025	14:15	15:45	01:30
8 z 27 Etyka pracy	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	09:00	09:45	00:45
9 z 27 Metodyka prowadzenia zajęć korekcyjnych	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	09:45	10:30	00:45
10 z 27 przerwa kawowa	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	10:30	10:45	00:15
11 z 27 Najczęstsze rodzaje schorzeń i dysfunkcji u dzieci	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	10:45	12:15	01:30
12 z 27 Struktura skutecznej pracy korekcyjnej w ujęciu holistycznym	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	12:15	13:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 27 przerwa obiadowa	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	13:00	13:30	00:30
14 z 27 Intensywność ćwiczeń, Rozgrzewka przed ćwiczeniami	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	13:30	14:15	00:45
15 z 27 Ćwiczenia indywidualne w różnych jednostkach chorobowych	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	14:15	15:45	01:30
16 z 27 przerwa kawowa	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	15:45	16:00	00:15
17 z 27 Dopuszczalne i bezpieczne ćwiczenia grupowe	Bartłomiej Cienciąła	02-08-2025	16:00	16:45	00:45
18 z 27 Ćwiczenia wzmacniające	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	09:00	10:30	01:30
19 z 27 przerwa kawowa	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	10:30	10:45	00:15
20 z 27 Ćwiczenia rozluźniające	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	10:45	12:15	01:30
21 z 27 Stretching	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	12:15	13:00	00:45
22 z 27 Przerwa obiadowa	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	13:00	13:30	00:30
23 z 27 Elementy masażu i automasażu	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	13:30	14:15	00:45
24 z 27 Autoterapia, Ćwiczenia relaksacyjne,	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	14:15	15:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 27 Sposoby utrwalania efektów pracy	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	15:00	15:45	00:45
26 z 27 przerwa kawowa	Bartłomiej Cienciąła	03-08-2025	15:45	16:00	00:15
27 z 27 Walidacja	-	03-08-2025	16:00	16:45	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	96,15 PLN
Koszt osobogodziny netto	96,15 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Bartłomiej Cienciąła

Dyrektor CKKS - Centrum Kształcenia Kadr Sportowych.

Były wykładowca AWF w Białej Podlaskiej.

Instruktor na kursach masażu głębokiego dla nauczycieli masażu ze szkół policealnych i studentów kierunku fizjoterapia i technik masażysta.

- Studia magisterskie w Akademii Wychowania Fizycznego w Białej Podlaskiej - kierunek: Wychowanie Fizyczne (promotor: prof. Jerzy Sadowski)

- Studia magisterskie w Wyższej Szkole Zarządzania i Administracji w Zamościu - kierunek: Fizjoterapia (promotor: prof. Krzysztof Marczewski)

- Studia podyplomowe w WSE w Białymstoku. "Zarządzanie badaniami naukowymi i projektami rozwojowymi"

- Manualne Badanie i Leczenie Zaburzeń Czynności Narządu Ruchu wg koncepcji Praskiej Szkoły Medycyny Manualnej (egzamin u prof Karela Lewita);

- Diagnostyka obrazowa narządu ruchu (dr Piotr Godek);

- Specjalizacja instruktorska z odnowy biologicznej:(AWF BP)
- Taping Rehabilitacyjny (T. Tittinger, R. Słoniak);
- Dynamic Tape (Jurn Depecker);
- Techniki rozciągania i autorozciągania mięśni (dr Piotr Kwiatkowski);
- Masaż medyczny (dr Sawicki);
- Masaż tkanek głębokich;
- Ocena i terapia bólu kręgosłupa;
- Podstawy masażu leczniczego;
- Postępowanie fizjoterapeutyczne w geriatrici;

* Kursy trenerskie, instruktorskie i inne:

- Trener II klasy piłki siatkowej;
- Instruktor piłki siatkowej;
- Instruktor narciarstwa;
- Instruktor koszykówki;
- Instruktor unihokeja;
- Kurs języka migowego KSS1 i KSS2;

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Część ogólna wysyłana w postaci elektronicznej, materiały specjalistyczne w postaci slajdów przesyłane po szkoleniu.

Warunki uczestnictwa

Ukończone 18 lat

Do osiągnięcia efektów uczenia niezbędne są:

Zapewnienie salki- zajęcia praktyczne

Podstawowy sprzęt treningowy- maty, gumy oporowe, rollery

Rzutnik do wyświetlenia prezentacji lub tablica multimedialna

Strój sportowy

Aktywny udział w dyskusjach i zajęciach praktycznych

Informacje dodatkowe

Po zakończeniu szkolenia uczestnicy otrzymują Zaświadczenie na oryginalnym druku CKKS

Adres

Wilczyn 29d
21-500 Wilczyn
woj. lubelskie

Dodatkowe miejsce kursu:

Sala szkoleniowa CKKS

Biała Podlaska, ul. Piłsudskiego 13/29 (w razie potrzeby)

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- duży parking przed budynkiem

Kontakt



Bartłomiej Cienciała

E-mail dyrektor@ckks.pl

Telefon (+48) 793 244 744