



OŚRODEK
SZKOLENIOWO-
WDROŻENIOWY
MAREK SZARATA
SP. Z O. O.

★★★★★ 4,7 / 5
284 oceny

Szkolenie: "Anatomia Palpacyjna z elementami strukturalnej biomechaniki ciała"

Numer usługi 2025/07/21/5241/2892102

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 05.12.2025 do 08.12.2025

2 000,00 PLN brutto

2 000,00 PLN netto

66,67 PLN brutto/h

66,67 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Przed przystąpieniem do kursu uczestnik posiada wiedzę, umiejętności i kompetencje z zakresu: Anatomia prawidłowa człowieka.

Jest to kurs przeznaczony dla:

- masażystów,
- fizjoterapeutów,
- trenerów personalnych,
- instruktorów jogi i innych metod ruchowych zainteresowanych poszerzeniem wachlarza swoich umiejętności oraz dla wszystkich osób pracujących dłońmi z ciałem pacjenta.

Szczególnie dla absolwentów fizjoterapii i masażu rozpoczynających swoją praktykę terapeutyczną, którzy na tym kursie mogą skorzystać z praktycznych wskazówek jak odnaleźć dane struktury na ciele pacjenta.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

04-12-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

30

Cel

Cel edukacyjny

Celem tego kursu jest wykształcenie u kursantów umiejętności precyzyjnej palpacji ciała i jego struktur. Solidna wiedza i zrozumienie w jaki sposób mięśnie pracują wspólnie jako aparat ruchu jest podstawą dla wszystkich innych sposobów terapeutycznej pracy z ciałem. Dlatego w trakcie poznawania kolejnych mięśni studenci poznają również ich wpływ globalny na ciało i strukturę człowieka.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie wykonuje palpację struktur anatomicznych pacjenta.	Uczestnik rozróżnia struktury kostne, mięśniowe, naczyń krwionośnych, nerwów i węzłów chłonnych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik rozróżniania dokładny przebieg nerwów oraz stref unerwienia czuciowego i ruchowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje badanie palpacyjne poprzez prawidłowy dobór technik zabiegu adekwatnie do potrzeb pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik potrafi nazwać i zlokalizować kości i punkty kostne oraz stawy każdego rejonu ciała i opisać relacje pomiędzy nimi, a tkankami miękkimi w tej okolicy, nazwać i zlokalizować mięśnie danego rejonu ciała wraz z dokładnymi przyczepami początkowymi i końcowymi.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Czas trwania szkolenia: 4 dni, 30 godzin zegarowych, tym 6 godzin teorii, 24 godziny praktyki.

Warunki organizacyjne:

W trakcie szkolenia kursanci pracują na sobie, zmieniając się w parach. Każda para posiada przygotowane stanowisko do teorii i praktyki przy leżance do masażu.

Dzień I:

Wprowadzenie.

Czym jest palpacja. Zasady, reguły i porady dotyczące praktycznej lokalizacji struktur anatomicznych oraz bezpieczeństwa wykonywania terapii manualnych.

Typy palpowanych tkanek:

- kości i punkty kostne,
- mięśnie i rodzaje mięśni,
- ścięgna i więzadła,
- naczynia krwionośne i nerwy.

Ogólna topografia ciała i nawigacja po nim. Płaszczyzny ruchu. Kierunki i ułożenie. Ruchy ciała.

Systemy ciała – ogólne wprowadzenie:

- układ szkieletowy – typy stawów,
- układ mięśniowy,
- układ krwionośny,
- układ nerwowy,
- układ limfatyczny.

Bark:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- naramienny,

- czworoboczny,
- najszerszy grzbietu,
- obły większy,
- rotatory stożka,
- nadgrzebieniowy,
- podgrzebieniowy,
- podłopatkowy,
- dźwigacz łopatki.

Dzień II:

Podsumowanie dnia pierwszego. Pytania i odpowiedzi.

Bark (cd.):

ANATOMIA I PALPACJA:

- zębaty przedni,
- piersiowy większy,
- piersiowy mniejszy,
- podobojczykowy,
- inne struktury.

Ramię:

ANATOMIA I PALPACJA:

- dwugłowy ramienia,
- trójgłowy ramienia,
- kruczo ramienny,
- inne struktury.

Przedramię i główne struktury dłoni:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- ramienny,
- ramiennie – promieniowy,
- prostowniki dłoni i nadgarstka,
- promieniowy długi i krótki,
- łokciowy,
- palców,

- wskaziciela,
- łokciowy
- zginacze dłoni i nadgarstka,
- promieniowy,
- dłoniowy długi,
- łokciowy,
- zginacz powierzchowny i głęboki palców,
- nawrotny obły,
- nawrotny czworoboczny,
- odwracacz,
- inne struktury.

Dzień III:

Podsumowanie dnia drugiego. Pytania i odpowiedzi.

Miednica i udo:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- prosty uda,
- obszerny boczny,
- obszerny środkowy,
- obszerny pośredni,
- dwugłowy uda – głowa długa i krótka,
- półścięgnisty,
- półbłoniasty,
- pośladowy większy,
- pośladowy średni,
- pośladowy mniejszy,
- gruszkowaty,
- czworoboczny uda,
- zasłaniacz wewnętrzny i zewnętrzny,
- bliźniacze,
- smukły,
- grzebieniowy,

- przywodziciel wielki,
- przywodziciel długi.
- naprężacz powięzi szerokiej,
- pasmo biodrowo-piszczelowe,
- krawiecki,
- biodrowy,
- lędźwiowy,
- inne struktury.

Goleń i stopa:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- brzuchaty łydki,
- płaszczkowaty,
- piszczelowy przedni,
- prostownik długi palucha i palców,
- piszczelowy tylny,
- zginacz długi palucha i palców,
- strzałkowy długi i krótki,
- struktury stopy,
- inne struktury.

Dzień IV:

Podsumowanie dnia trzeciego. Pytania i odpowiedzi.

Kręgosłup i klatka piersiowa:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- kolcowy,
- najdłuższy,
- biodrowo – żebrowy,

- poprzeczno-kolcowe,
- płatowaty głowy i szyi,
- podpotyliczne:

o prosty głowy większy i mniejszy,

o skośny głowy górny i dolny,

- czworoboczny lędźwi.

ANATOMIA I PALPACJA:

- prosty brzucha,
- skośne wewnętrzne,
- skośne zewnętrzne,
- poprzeczny brzucha,
- przepona,
- międzyżebrowe,
- inne struktury.

Głowa:

- topografia ogólna,
- struktury i punkty kostne rejonu ciała.

PRAKTYKA:

- ścieżki ciała,
- kinezyjologia.

ANATOMIA I PALPACJA:

- mostkowo sutkowo obojczykowy,
- pochyłe: przednie, środkowe, tylne,
- żwacz,
- skroniowy,
- szeroki szyi
- czołowo-potyliczny,
- mięśnie mimiczne twarzy,
- inne struktury.

Czas szkolenia 40 godzin został podany w godzinach dydaktycznych, czyli 1 godzina szkolenia równa się 45 minut. W ciągu dnia zaplanowane zostały 2 przerwy 15 minutowa, 1 przerwa godzinowa która nie została wliczona w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Wprowadzenie. Czym jest palpacja. Zasady, reguły i porady dotyczące praktycznej lokalizacji struktur anatomicznych oraz bezpieczeństwa wykonywania terapii manualnych.	Mariusz Kopala	05-12-2025	09:00	11:00	02:00
2 z 17 Ogólna topografia ciała i nawigacja po nim. Płaszczyzny ruchu. Kierunki i ułożenie. Ruchy ciała. Systemy ciała – ogólne wprowadzenie.	Mariusz Kopala	05-12-2025	11:15	13:00	01:45
3 z 17 Bark: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała.	Mariusz Kopala	05-12-2025	14:00	16:00	02:00
4 z 17 Bark (cd.): ANATOMIA I PALPACJA: • zębaty przedni, • piersiowy większy, • piersiowy mniejszy, • podobojczykowy, • inne struktury.	Mariusz Kopala	05-12-2025	16:15	18:00	01:45
5 z 17 6 z 17 Ramię: ANATOMIA I PALPACJA: • dwugłowy ramienia, • trójgłowy ramienia, • kruczo ramienny, • inne struktury.	Mariusz Kopala	06-12-2025	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 17 17 Przedramię i główne struktury dłoni: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała. kinezyjologia.	Mariusz Kopala	06-12-2025	11:15	13:00	01:45
7 z 17 PRAKTYKA: • ścieżki ciała, • kinezyjologia.	Mariusz Kopala	06-12-2025	14:00	16:00	02:00
8 z 17 Podsumowanie dnia drugiego. Pytania i odpowiedzi. Miednica i udo: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała. PRAKTYKA: • ścieżki ciała, • kinezyjologia.	Mariusz Kopala	06-12-2025	16:15	18:00	01:45
9 z 17 ANATOMIA I PALPACJA C.D.	Mariusz Kopala	07-12-2025	09:00	11:00	02:00
10 z 17 Naprężacz powięzi szerokiej, • pasmo biodrowo-piszczelowe, • krawiecki, • biodrowy, • lędźwiowy, • inne struktury. Goleń i stopa.	Mariusz Kopala	07-12-2025	11:15	13:00	01:45
11 z 17 ANATOMIA I PALPACJA C.D.	Mariusz Kopala	07-12-2025	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 17 Kręgosłup i klatka piersiowa: • topografia ogólna, • struktury i punkty kostne rejonu ciała. PRAKTYKA: • ścieżki ciała, • kinezyjologia.	Mariusz Kopala	07-12-2025	16:15	18:00	01:45
13 z 17 ANATOMIA I PALPACJA	Mariusz Kopala	08-12-2025	09:00	11:00	02:00
14 z 17 ANATOMIA I PALPACJA	Mariusz Kopala	08-12-2025	11:15	13:00	01:45
15 z 17 ANATOMIA I PALPACJA	Mariusz Kopala	08-12-2025	14:00	16:00	02:00
16 z 17 ANATOMIA I PALPACJA	Mariusz Kopala	08-12-2025	16:15	17:00	00:45
17 z 17 WALIDACJA	-	08-12-2025	17:00	18:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	66,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	66,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Mariusz Kopala

Fizjoterapeuta i nauczyciel Masażu Tkanek Głębokich.

Absolwent Uniwersytetu Medycznego w Łodzi na wydziale Wojskowo-Lekarskim na kierunku Fizjoterapia.

Doświadczenie zawodowe zdobywa już od ponad 8 lat. Pracując w licznych podmiotach leczniczych na terenie Łodzi oraz poza nią. W 2021 roku założył prywatną praktykę fizjoterapeutyczną otwierając prywatny gabinet działający na terenie Łodzi.

Od blisko 2 lat jest asystentem Piotra Szałańskiego oraz Łukasza Czubaszewskiego podczas prowadzenia kursu pt. "Masaż Tkanek Głębokich i rozluźnianie mięśniowo-powięziowe z anatomią palpacyjną" na terenie Polski. Uczestnik licznych szkoleń zawodowych.

Certyfikowany Bodyworker, obecnie uczący się na certyfikowanego Integratora Strukturalnego ATSI.

Poza tym specjalizuje się w terapii mięśniowo-szkieletowej oraz technikach mobilizacji tkanek miękkich. Pracuje również z Pacjentami stomatognatycznymi.

Ukończony kurs ERGON IASTM.

Jest na drodze certyfikacji terapeuty manualnego metody CRAFTA.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy kursu otrzymują:

- przejrzysty, kolorowy skrypt z omawianymi szczegółami,
- dostęp do materiałów wideo,
- nielimitowany i dożywotni dostęp online do 21 wykładów wygłoszonych podczas 3 dni **Polish Fascia Symposium 2020** na naszej platformie filmowej.

Adres

ul. Grochowska 341/175

03-822 Warszawa

woj. mazowieckie

Sala szkoleniowa: HEALTH PLACE Osteopatia Rehabilitacja, Grochowska 341/175, 03-822 Warszawa

Kontakt



Jolanta Przybyszewska

E-mail szkolenia.mtg@gmail.com

Telefon (+48) 662 310 264