



BUSINESS-LAND
ENTERPRISE
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

63 oceny

Nowoczesny Kryminolog cz.I

Numer usługi 2025/07/31/176672/2915610

📍 Łódź / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 8 h

📅 19.09.2025 do 19.09.2025

800,00 PLN brutto

800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Sport

Grupa docelowa usługi

Grupa docelowa usługi to:

osoby fizyczne, osoby dorosłe, które ukończyły 18 rok życia

osoby, które uczą się, pracują lub zamieszkują terytorium wskazane w regulaminie projektu, do którego aplikuje Uczestnik

osoby chcące z własnej inicjatywy podnieść/uzupełnić swoje umiejętności, kompetencje lub kwalifikacje

Osoby zainteresowane aktywnością fizyczną, chcące osiąść kompetencje niezbędne do rozpoczęcia pracy w zawodzie kryminologa

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

16

Data zakończenia rekrutacji

18-09-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

8

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

Szkolenie daje możliwość zdobycia praktycznych umiejętności samoobrony oraz rozwinięcia świadomości sytuacyjnej w sytuacjach zagrożenia. Prowadzi do zwiększenia poczucia bezpieczeństwa uczestników, umiejętności reagowania pod presją oraz skutecznego stosowania podstawowych technik obronnych w praktyce.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozpoznaje potencjalne zagrożenia w otoczeniu i opisuje podstawowe zasady bezpieczeństwa osobistego.	Objaśnia zasady świadomości sytuacyjnej i identyfikuje potencjalne źródła zagrożeń.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prezentuje prawidłowe postawy obronne i kontroluje dystans wobec agresora.	Wykonuje podstawowe postawy i demonstruje utrzymanie bezpiecznego dystansu w ćwiczeniach praktycznych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje podstawowe uderzenia, kopnięcia i potrafi bezpiecznie upaść.	Demonstruje poprawne techniki uderzeń, kopnięć i bezpiecznych upadków podczas ćwiczeń.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje proste techniki obezwładniania i dźwignie w warunkach kontrolowanych	Przeprowadza w parach ćwiczenia z dźwigniami i obezwładnianiem pod nadzorem instruktora.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Reaguje na sytuacje zagrożenia w warunkach symulowanych i stosuje poznane techniki samoobrony.	Bierze udział w symulacjach, wykonuje zadania w scenariuszach zagrożeń zgodnie z instrukcją trenera.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Analizuje własne zachowanie i wyciąga wnioski z przeprowadzonych ćwiczeń i symulacji.	Omawia z instruktorem przebieg ćwiczeń, identyfikuje błędy i wskazuje sposoby ich korekty.	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

1 Dzień:

- Powitanie uczestników i przedstawienie celów szkolenia.
- Omówienie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć praktycznych.
- Wprowadzenie do tematyki bezpieczeństwa osobistego i świadomości sytuacyjnej.
- Nauka podstawowych postaw w samoobronie.
- Techniki kontroli dystansu i bezpiecznego ustawienia ciała względem potencjalnego agresora.
- Ćwiczenia praktyczne w parach.
- Podstawowe techniki uderzeń rękami i kopnięć (niska i frontalna).
- Nauka bezpiecznego upadania na różne strony.
- Ćwiczenia praktyczne w formie powtórzeń i krótkich sekwencji.
- Techniki obezwładniania przeciwnika i proste dźwignie w samoobronie.
- Kontrola i neutralizacja zagrożenia w bliskim kontakcie.
- Praktyka w parach z korektą instruktora.
- Ćwiczenia scenariuszowe w parach z wykorzystaniem poznanych technik.
- Analiza zachowań i reagowania na sygnały zagrożenia.
- Rozwijanie umiejętności płynnego przechodzenia między technikami obrony.
- Symulacje sytuacji zagrożenia w kontrolowanych warunkach.
- Trening reakcji pod presją i ocena zachowań uczestników.
- Walidacja .

Zajęcia prowadzone w ramach szkolenia będą realizowane metodami interaktywnymi i aktywizującymi jako metody umożliwiające uczenie się w oparciu o doświadczenie pozwalające uczestnikom na ćwiczenie umiejętności. Szkolenie składa się z części praktycznej 6h oraz teoretycznej 2h

Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych, a przerwy są wliczone w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Powitanie uczestników, przedstawienie celów szkolenia, omówienie zasad bezpieczeństwa, wprowadzenie do bezpieczeństwa osobistego i świadomości sytuacyjnej.	Maciej Studziński	19-09-2025	08:00	08:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 10 Nauka podstawowych postaw w samoobronie, techniki kontroli dystansu i bezpiecznego ustawienia ciała, ćwiczenia praktyczne w parach.	Maciej Studziński	19-09-2025	08:30	10:00	01:30
3 z 10 Przerwa	Maciej Studziński	19-09-2025	10:00	10:15	00:15
4 z 10 Podstawowe uderzenia i kopnięcia (niska i frontalna), nauka bezpiecznego upadania, ćwiczenia praktyczne w formie powtórzeń i krótkich sekwencji.	Maciej Studziński	19-09-2025	10:15	11:30	01:15
5 z 10 Techniki obezwładniania i proste dźwignie w samoobronie, kontrola i neutralizacja zagrożenia, praktyka w parach z korektą instruktora.	Maciej Studziński	19-09-2025	11:30	13:00	01:30
6 z 10 Przerwa	Maciej Studziński	19-09-2025	13:00	13:30	00:30
7 z 10 Ćwiczenia scenariuszowe w parach, analiza zachowań i reagowania na sygnały zagrożenia, rozwijanie płynności w stosowaniu technik obronnych.	Maciej Studziński	19-09-2025	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 10 Przerwa	Maciej Studziński	19-09-2025	14:30	14:45	00:15
9 z 10 Symulacje sytuacji zagrożenia w kontrolowanych warunkach, trening reakcji pod presją, ocena zachowań uczestników.	Maciej Studziński	19-09-2025	14:45	15:30	00:45
10 z 10 Walidacja	-	19-09-2025	15:30	16:00	00:30

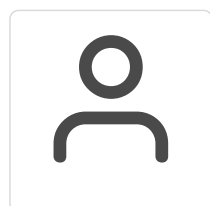
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Maciej Studziński

2007 roku. Posiada czarny pas 3. stopnia (III DAN) w brazylijskim jiu-jitsu (BJJ), 2 DAN w ju-jitsu oraz brązowy pas w judo. Od lat z powodzeniem prowadzi szkolenia z zakresu samoobrony, walki wręcz oraz treningów specjalistycznych dla różnych grup odbiorców – zarówno amatorów, jak i zawodników sportów walki startujących z sukcesami na szczeblu krajowym i międzynarodowym (MP, ME).

Jako pedagog i trener II klasy Polskiego Związku Ju-Jitsu (PZJJ) łączy solidne przygotowanie dydaktyczne z praktycznym doświadczeniem zdobytym na macie i w pracy operacyjnej. Obecnie pełni funkcję dyrektora operacyjnego w firmie Chabin, gdzie wykorzystuje techniki i strategię

wywodzące się ze sztuk walki w obszarach zarządzania kryzysowego, budowania odporności psychicznej liderów (rezyliencja) oraz zarządzania operacyjnego. Specjalizuje się w transferze kompetencji między sportem a biznesem – skutecznie wdraża rozwiązania sprawdzone w środowisku sportowym do praktyki zarządczej i szkoleniowej.

Łącząc pasję do sportów walki z wieloletnim doświadczeniem w pracy z ludźmi, oferuje unikalną jakość szkoleń opartych na dyscyplinie, skuteczności i świadomym rozwoju osobistym.

Co najmniej 120 godzinne doświadczenie trenera w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce, w ostatnich 24 miesiącach od dnia rozpoczęcia usługi dla osób dorosłych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt szkoleniowy

Warunki uczestnictwa

Warunkiem ukończenia usługi jest obecność na minimum 80% ilości przewidzianych godzin zajęciowych.

Informacje dodatkowe

Walidacja efektów uczenia się uczestników usługi odbędzie się w warunkach symulowanych

Trener nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników

Osoba walidująca dokona oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników, następnie przekaże efekty walidacji.

Walidacja odbędzie się w miejscu realizacji usługi klub "Chabin" ul. Łomżyńska 18 Łódź 93-93-176

Adres

ul. Łomżyńska 18

93-176 Łódź

woj. łódzkie

Klub sportowy "CHABIN" Briggs & Stratton

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Mariusz Ługiewicz

E-mail mariusz@business-land.pl

Telefon (+48) 692 101 829