



Terapia Manualna w Masażu - głowa, kręgosłup szyjny i piersiowy, kończyna górna - w koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego

Numer usługi 2025/09/09/115497/2994516

2 000,00 PLN brutto
2 000,00 PLN netto
50,00 PLN brutto/h
50,00 PLN netto/h

Instytut

Rakowskiego

Danuta Sokołowska

★★★★★ 4,9 / 5

131 ocen

📍 Sierosław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 13.03.2026 do 16.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Kurs skierowany jest do techników masażystów, studentów III, IV i V roku fizjoterapii oraz fizjoterapeutów legitymującymi się dokumentami potwierdzającymi odpowiednio ww. stopnie wykształcenia.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	06-03-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	40
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Kurs jest kompleksowym szkoleniem, które koncentruje się na terapii dysfunkcji kręgosłupa szyjnego i piersiowego, głowy oraz kończyny górnej według renomowanej koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego. Dzięki temu szkoleniu zyskasz specjalistyczną wiedzę i umiejętności cenione przez pacjentów oraz placówki medyczne. Kurs jest odpowiedzią na potrzebę posiadania umiejętności pracy z wymagającymi pacjentami bólowymi w gabinecie masażysty. To szansa na rozwinięcie gabinetu lub kariery w placówce.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna i rozumie koncepcję Terapii Manualnej Rakowskiego oraz podstawowe zagadnienia anatomiczne i patofizjologiczne	Definiuje sfery osobowości i ich związek z narządem ruchu	Test teoretyczny
	Wyjaśnia rolę aferencji i patogenezę dysfunkcji narządu ruchu	Test teoretyczny
	Opisuje czynnościową zmianę stanu tkanek (czst) – definicja, fazy, cechy	Wywiad ustrukturyzowany
	Rozumie znaczenie bodźców zabiegowych oraz ich wpływ na tkanki	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi wykonać badanie manualne i diagnostykę zespołów bólowych w obrębie głowy, szyi, kręgosłupa piersiowego oraz kończyny górnej	Wymienia wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej	Wywiad swobodny
	Przeprowadza badanie segmentów ruchowych kręgosłupa szyjnego, piersiowego i obręczy barkowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje badanie wrażliwości uciskowej więzadeł i tkanek okołostawowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Rozróżnia zespoły bólowe mięśni karku, obręczy barkowej i kończyny górnej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Diagnostyka zespołów stawów żeber 1-7 na podstawie badania palpacyjnego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Rozróżnia i różnicuje zespoły segmentów szyjno-piersiowych i połączenia głowowo-szyjnego	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik potrafi stosować techniki terapii manualnej zgodnie z koncepcją Rakowskiego w obszarze głowy, szyi, kręgosłupa piersiowego i kończyny górnej	Wykonuje techniki trakcyjne i mobilizacje uciskowe przez wyrostki kolczyste i poprzeczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje mobilizacje uciskowe tkanek okołostawowych stawów żebrowo-poprzecznych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje techniki terapii mięśniowej: mm. czworobocznego, dźwigacza łopatk, piersiowego, ramienia i przedramion	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Realizuje terapię zespołów mięśni podpotylicznych i systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi edukować pacjenta oraz wdrażać autoterapię i postępowanie profilaktyczne	Stosuje techniki terapii w stanach ostrych dolnego odcinka kręgosłupa szyjnego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Przekazuje pacjentowi wiedzę o wzorcach reagowania na stres i jego wpływie na dolegliwości narządu ruchu	Test teoretyczny
	Instruuje pacjenta w zakresie programu autoterapii „broda”	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Definiuje znaczenie i metody autoterapii w leczeniu i profilaktyce	Wywiad ustrukturyzowany
	Pomaga pacjentowi w rozwoju codziennej pracy terapeutycznej	Wywiad ustrukturyzowany
	Stosuje praktyczne techniki pracy z pacjentem w stanach ostrych i przewlekłych	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik kształtuje postawy profesjonalne i rozwija kompetencje społeczne w pracy terapeutycznej	Samodzielnie planuje i realizuje terapię manualną z uwzględnieniem etyki zawodowej	Test teoretyczny
	Analizuje swoje działania i planuje dalszy rozwój zawodowy	Wywiad swobodny
	Komunikuje się efektywnie z pacjentem, uwzględniając jego potrzeby i komfort	Wywiad ustrukturyzowany
	Współpracuje z zespołem terapeutycznym i wykazuje odpowiedzialność społeczną	Wywiad ustrukturyzowany
	Przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny pracy podczas terapii manualnej	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

Liczba godzin usługi (40) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych).

Kurs składa się z:

- część teoretyczną poświęconą patogenie poszczególnych objawów w zakresie niezbędnym dla planowania i prowadzenia terapii
- część praktyczną poświęconą nauczaniu konkretnych technik badawczych oraz zabiegowych
- część kliniczną, w której omówione jest postępowanie w poszczególnych zespołach dolegliwości z praktycznym zastosowaniem odpowiednich procedur.

Podczas kursu do nauki używane są metody interaktywne - ćwiczenia praktyczne z udziałem uczestników, angażujące kolejno każdego kursanta, gdzie nauczyciel tłumaczy i nadzoruje działania. Część praktyczna prowadzona jest w parach pod nadzorem i korektą Nauczyciela. Nie jest stosowany podział na grupy.

Podczas ćwiczeń i nauki wykorzystywane są: stoły terapeutyczne (1 stół na parę), materace (dla każdego uczestnika), piłki terapeutyczne, pasy trakcyjne, poduszki (dla każdego uczestnika), rzutnik multimedialny, pomoce dydaktyczne np. plansze i modele anatomiczne.

1. Wprowadzenie do koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego.

- sfery osobowości, integrująca rola narządu ruchu
- dostęp do aferencji
- patogeneza dysfunkcji
- czynnościowa zmiana stanu tkanek czst (definicja, cechy, fazy rozwoju, rodzaje aktywności)
- bodźce zabiegowe
- techniki zabiegowe
- wskazania i przeciwwskazania
- seans zabiegowy
- reakcje pozabiegowe
- test kontrolny.

2. Zespoły segmentów ruchowych środkowego i górnego odcinka kręgosłupa piersiowego

- anatomia, patogeneza, objawy
- badanie

- przez wyrostki kolczyste

-wrażliwości uciskowej więzadeł nadkolcowych i międzykolcowych oraz tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa

- terapia

- techniki trakcyjne przez wyrostki kolczyste i poprzeczne

3. Zespoły stawów żeber 1-7

- Anatomia, patogeneza, objawy
- badanie

- wrażliwość uciskowa tkanek okołostawowych stawów żeber

- postępowanie

- mobilizacje uciskowe tkanek okołostawowych stawów żebrowo-poprzecznych.

4. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy

- zespół mięśnia biodrowo-żebrowego

- zespoły mięśni karku: mięsień czworoboczny grzbietu, dźwigacz łopatki, mięsień piersiowy, mięsień dwugłowy i trójgłowy ramienia, mięśnie przedramion.

- zespoły mięśni obręczy barkowej i kończyn górnych

- badanie
- postępowanie.

5. Zespoły struktur łącznotkankowych i okostnowych obręczy barkowej i kończyn górnych

- anatomia, patogeneza, objawy

- staw barkowo-obojęzyczny

- wyrostek kruczy łopatki

- przyczepy m. biodrowo-żebrowego na kątach żeber

- guzek podpanewkowy łopatki

- nadkłykieć boczny i przyśrodkowy kości ramiennej

- badanie

- wrażliwości uciskowej

- postępowanie

- mobilizacje uciskowe.

6. Zespoły segmentów ruchowych przejścia szyjno-piersiowego

- patogeneza, objawy

- zespoły szyjne dolne c6,c7,c8

- badanie

- różnicowanie z konfliktem korzeniowo-dyskowym

- terapia

-mobilizacje uciskowe tkanek okołostawowych stawów międzywyrostkowych odcinka szyjnego kręgosłupa

-mobilizacje uciskowe więzadeł międzykolcowych i nadkolcowych segmentów ruchowych górnego kręgosłupa piersiowego

7. Zespół bolesnego barku, łokcia, nadgarstka

- patogeneza, objawy
- badanie
- terapia.

8. Postępowanie w stanach ostrych dolnego odcinka kręgosłupa szyjnego

- patogeneza, objawy

-aktywny konflikt dyskowo-korzeniowy

- stany ostre pozakorzeniowe

- badanie

- analiza dokumentacji

- testy różnicujące

- określenia kierunków wolnych od bólu

- postępowanie

- terapia ułożeniowa

- mobilizacje czynne

- mobilizacje izometryczne

- inne techniki wspomagające

- różnicowanie z ostrym zespołem pozakorzeniowym segmentu ruchowego.

9. Zespoły połączenia głowowo-szyjnego

- badanie

- wrażliwość wyrostków poprzecznych c1, wyrostka kolczystego c2

- badanie kresy karkowej dolnej

- postępowanie

- technika pulsowaniem

- mobilizacje uciskowe
- mobilizacje czynne
- program „broda” czyli autoterapia

10. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy
- zespół mięśni podpotylicznych
- badanie
 - terapia.

11. Szlak migrenowo-wegetatywny – wsparcie masażysty w dolegliwościach migrenowych pacjenta

- mobilizacje skb przez rotacje talerzy biodrowych w przód i tył

12. Zespół dysfunkcji systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego (sżgc) – wykorzystanie technik terapii manualnej w rejonie twarzoczaszki

- patogeneza, objawy
 - badanie
- zewnętrzne
- wewnętrzne
- terapia
- trakcja
- mobilizacje uciskowe wewnętrzne, zewnętrzne struktur sżgc
- mm. skroniowe
- mm. żwacze
- mm. skrzydłowe
- platyzma
- czepiec ścięgnisty

13. Walidacja

Zajęcia prowadzone są na dwóch salach: sali wykładowej (120 m²) i sali do warsztatów i ćwiczeń (70m²). Uczestnikom udostępniamy szatnie , zaplecze sanitarne oraz ogólnodostępny hol z bufetem kawowym.

Kurs skierowany jest do techników masażystów, studentów III,IV i V roku fizjoterapii oraz fizjoterapeutów legitymujących się dokumentami potwierdzającymi odpowiednio ww. stopnie wykształcenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 32

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 32 Wprowadzenie do koncepcji TMR – podstawowe pojęcia.	Justyna Sieracka	13-03-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	13-03-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 32 Zespoły segmentów ruchowych środkowego i górnego odcinka kręgosłupa piersiowego – patogeneza, objawy.	Justyna Sieracka	13-03-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	13-03-2026	12:15	12:30	00:15
5 z 32 Zespoły segmentów ruchowych środkowego i górnego odcinka kręgosłupa piersiowego. Badanie i terapia wrażliwości uciskowej struktur łącznotkankowych kręgosłupa piersiowego.	Justyna Sieracka	13-03-2026	12:30	14:00	01:30
6 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	13-03-2026	14:00	15:00	01:00
7 z 32 Technika trakcyjna przez wyrostki kolczyste i wyrostki poprzeczne. Zespoły stawów żeber. Badanie i terapia wrażliwości uciskowej tkanek okołostawowych stawów żeber 1-12.	Justyna Sieracka	13-03-2026	15:00	18:00	03:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 32 Zespoły segmentów ruchowych przejścia szyjno-piersiowego i środkowego odcinka kręgosłupa szyjnego - zespoły szyjne dolne, zespół bolesnego barku, łokcia, nadgarstka, kręcz karku.	Justyna Sieracka	14-03-2026	08:00	09:30	01:30
9 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	14-03-2026	09:30	09:45	00:15
10 z 32 Badanie i terapia wrażliwości tkanek segmentów kręgosłupa szyjnego – pokaz, praktyka. Zespoły struktur łącznotkankowych i okostnowych obręczy barkowej i kończyn górnych – patogeneza, objawy.	Justyna Sieracka	14-03-2026	09:45	11:15	01:30
11 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	14-03-2026	11:15	11:30	00:15
12 z 32 Badanie i terapia wrażliwości uciskowej struktur łącznotkankowych i okostnowych obręczy barkowej i kończyn górnych – pokaz, praktyka.	Justyna Sieracka	14-03-2026	11:30	13:00	01:30
13 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	14-03-2026	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 32 Zespoły mięśniowe rejonu odcinka szyjnego i piersiowego kręgosłupa oraz obręczy barkowej – patogeneza, objawy. Techniki normalizacji w ww. zespołach mięśniowych – pokaz, praktyka.	Justyna Sieracka	14-03-2026	14:00	16:00	02:00
15 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	14-03-2026	16:00	16:15	00:15
16 z 32 Techniki normalizacji w ww. zespołach mięśniowych – pokaz, praktyka - kontynuacja.	Justyna Sieracka	14-03-2026	16:15	18:15	02:00
17 z 32 Postępowanie w stanach ostrych – różnicowanie, omówienie postępowania. Stany ostre - terapia ułożeniowa, mobilizacje czynne – pokaz, praktyka.	Justyna Sieracka	15-03-2026	08:00	09:30	01:30
18 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	15-03-2026	09:30	09:45	00:15
19 z 32 Mobilizacje izometryczne dla odcinka szyjnego kręgosłupa – pokaz, praktyka. Powtórzenie technik badawczych i zabiegowych.	Justyna Sieracka	15-03-2026	09:45	11:15	01:30
20 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	15-03-2026	11:15	11:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 32 Zespoły tkanek połączenia głowowo-szyjnego – patogeneza, objawy. Badanie rejonu połączenia głowowo-szyjnego – pokaz, praktyka.	Justyna Sieracka	15-03-2026	11:30	13:00	01:30
22 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	15-03-2026	13:00	14:00	01:00
23 z 32 Techniki zabiegowe dla połączenia głowowo-szyjnego – pokaz, praktyka. Techniki normalizujące mięśnie podpotyliczne – pokaz, praktyka.	Justyna Sieracka	15-03-2026	14:00	16:00	02:00
24 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	15-03-2026	16:00	16:15	00:15
25 z 32 Program „broda”. Szlak migrenowo-wegetatywny - mobilizacje skb przez rotacje talerzy biodrowych w przód i tył - pokaz, praktyka.	Justyna Sieracka	15-03-2026	16:15	18:15	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 32 Szlak migrenowo-wegetatywny - mobilizacje skb przez rotacje talerzy biodrowych w przód i tył. Zespół dysfunkcji systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego. Badanie i terapia zewnątrzustnie i wewnątrzustnie.	Justyna Sieracka	16-03-2026	08:00	09:30	01:30
27 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	16-03-2026	09:30	09:45	00:15
28 z 32 Badanie i terapia zewnątrzustnie i wewnątrzustnie – pokaz, praktyka – cd.	Justyna Sieracka	16-03-2026	09:45	11:15	01:30
29 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	16-03-2026	11:15	11:30	00:15
30 z 32 Techniki normalizujące mięśnie żwaczowe – pokaz, praktyka.	Justyna Sieracka	16-03-2026	11:30	13:00	01:30
31 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	16-03-2026	13:00	13:15	00:15
32 z 32 Walidacja - test wiedzy, obserwacja w warunkach symulowanych, wywiad swobodny, wywiad ustrukturyzowany	-	16-03-2026	13:15	14:15	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	50,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	50,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Justyna Sieracka

mgr rehabilitacji ruchowej– Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu - rehabilitacja ruchowa - rok ukończenia 1997

Fizjoterapeuta – numer prawa wykonywania zawodu: 15368

Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR - Nauczyciel Dyplomowany

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, kursach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu fizjoterapii i Terapii Manualnej. W ciągu ostatnich 5 lat przeszkolił ponad 200 kursantów z Terapii Manualnej Rakowskiego.

Odbyte kurs i aktywność naukowa w ciągu ostatnich 5 lat:

- Fakultet dla studentów 3 roku fizjoterapii w Wyższej Szkole Edukacji i Terapii w Poznaniu. – 01 i 02 2025
- Holistyczna Szkoła Rodzenia – prowadzenie wykładów i zajęć praktycznych – od 2024 r.do chwili obecnej
- Cranial Nerves (CSCN) – Upledger Institute Poland - 2024
- SomatoEmocjonalne Uwolnienie moduł III – Upledger Institute Poland - 2024
- Terapia CranioSacralna Upledgera moduł II – Upledger Institute Poland - 2024
- Terapia CranioSacralna Upledgera moduł I – Upledger Institute Poland - 2023
- Zdrowie Kobiety – 2023
- Kurs Instruktorski Masażu Metodą Shantala – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Kurs Terapia Linii Środkowej - Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Warsztaty Terapia Ręki – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Racjonalna Terapia Zachowania RTZ – Centrum Psychoterapii Integralnej – 2022

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują skrypt, długopis, identyfikator, piłeczkę oraz patyczek do mobilizacji uciskowych.

Warunki uczestnictwa

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc. W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie: <https://ctmrakowski.pl/rejestracja-internetowa/>

W formularzu należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany z środków BUR.

Rejestracja na kurs jest tożsama z akceptacją regulaminu kursów i szkoleń Instytutu Rakowskiego, opublikowanym pod adresem: <https://ctmrakowski.pl/dla-specjalistow/regulamin-kursow.html>

Dokumenty:

Każdy absolwent kursu otrzymuje **Dyplom ukończenia kursu**.

Sprawdzenie wiedzy składa się z dwuczęściowego egzaminu:

-test wiedzy - składający się z 10 pytań

-obserwacja w warunkach symulowanych - uczestnik wykonuje wylosowaną metodę badawczą, którą omawia na modelu leżącym na kozetce fizjoterapeutycznej, podczas badania tłumaczy kolejne kroki, tak aby walidator mógł ocenić poprawność czynności, ew. odpowiada na dodatkowe pytania walidatora.

Zaliczenie kursu od 80%.

Informacje dodatkowe

Każdego dnia sprawdzana jest lista obecności.

Podstawa zwolnienie z VAT: pozostałe zwolnienia przedmiotowe art. 43 ust. 26 pkt a ustawy o VAT.

Adres

ul. Leśna 1

62-080 Sierosław

woj. wielkopolskie

Zajęcia odbywają się w siedzibie Instytutu Rakowskiego, w budynku Centrum Terapii Manualnej w Sierosławiu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking, hotel i restauracja w pobliżu

Kontakt



Katarzyna Polańska-Bebejewska

E-mail instytut@ctmrakowski.pl

Telefon (+48) 618 147 900