



## Kurs KOLANO: fizjoterapia pourazowa i pooperacyjna oparta na dowodach naukowych (Evidence Based Medicine in Practice)

Numer usługi 2025/10/24/55596/3104597

2 100,00 PLN brutto  
2 100,00 PLN netto  
87,50 PLN brutto/h  
87,50 PLN netto/h

ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 298 ocen

📍 Bydgoszcz

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 24:00 h

📅 29.06.2026 do 30.06.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Kurs przeznaczony dla:

- fizjoterapeutów,
- lekarzy (specjalistów rehabilitacji medycznej, ortopedów, neurologów, reumatologów, anesteziologów),
- studentów ww kierunków,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe a także do Pracodawców i ich Pracowników.

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

Do udziału w szkoleniu zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

28-06-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

24

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie diagnostyki, planowania oraz przeprowadzenia fizjoterapii zachowawczej, przedoperacyjnej i pooperacyjnej w przypadku urazów stawu kolanowego. Kurs przygotowuje do pracy z pacjentem ortopedycznym w przychodniach, szpitalach, gabinetach oraz w klubach sportowych.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna, definiuje i rozróżnia podstawy anatomii i biomechaniki oraz patologie w obrębie stawu kolanowego	Uczestnik definiuje podstawy anatomii i biomechaniki stawu kolanowego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje patofizjologię i mechanizmy urazu w obrębie stawu kolanowego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje znaczenie wywiadu klinicznego i strategii badania	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik samodzielnie pracuje w zakresie diagnostyki, planowania oraz przeprowadzenia fizjoterapii zachowawczej, przed i pooperacyjnej uszkodzeń w obrębie stawu kolanowego	Uczestnik przeprowadza badanie stawu kolanowego i dokonuje oceny funkcjonalnej	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik planuje proces leczenia oraz efektywną fizjoterapię	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik planuje postępowanie fizjoterapeutyczne po zabiegach chirurgicznych	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik planuje i prowadzi powrót pacjenta do aktywności fizycznej	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik ustala potrzeby i oczekiwania pacjenta w zakresie urazów stawu kolanowego	Uczestnik komunikuje pacjentowi plan pracy oraz zastosowane metody	Analiza dowodów i deklaracji
	Orientuje się w kierunkach aktualizowania warsztatu pracy w zakresie urazów stawu kolanowego	Analiza dowodów i deklaracji

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

**Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka.** Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie diagnostyki, planowania oraz przeprowadzenia fizjoterapii zachowawczej, przedoperacyjnej i pooperacyjnej w przypadku urazów stawu kolanowego.

Kurs przygotowuje do pracy z pacjentem ortopedycznym w przychodniach, szpitalach, gabinetach oraz w klubach sportowych.

**Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.**

**Czas: 24 godziny dydaktyczne**

### DZIEŃ I:

1. Anatomia i biomechanika kliniczna stawu kolanowego

- Struktura stawu kolanowego
- Funkcje biomechaniczne stawu

2. Wywiad kliniczny

- Kluczowe pytania diagnostyczne
- Ocena historii pacjenta

3. Strategia badania

- Procedury diagnostyczne
- Planowanie badania klinicznego

4. Badanie wybranych struktur stawu kolanowego

- Palpacja i testy funkcjonalne

- Ocena ruchomości i stabilności stawu

#### 5. Reakcja organizmu na uraz

- Krwiak pourazowy vs urazowe zapalenie stawu

- Procesy zapalne i regeneracyjne

#### 6. Uszkodzenie więzadła pobocznego piszczelowego (MCL)

- Patofizjologia i mechanizm urazu

- Wywiad i diagnostyka

- Leczenie zachowawcze

#### 7. Uszkodzenia łąkotek

- Patofizjologia i epidemiologia

- Wywiad i interpretacja badania

- Leczenie zachowawcze

#### 8. Fizjoterapia po operacjach łąkotek

- Rehabilitacja po meniscektomii

- Szycie łąkotki – proces fizjoterapeutyczny

### **DZIEŃ II:**

#### 1. Więzadło krzyżowe przednie (ACL)

- Epidemiologia i patofizjologia

- Diagnostyka - wywiad, interpretacja badania

- Leczenie zachowawcze vs leczenie operacyjne

- Metody rekonstrukcji ACL

- Przygotowanie do zabiegu – próba określenia optymalnego czasu na przeprowadzenie zabiegu rekonstrukcji ACL

#### 2. Fizjoterapia po rekonstrukcji więzadła krzyżowego przedniego i tylnego ACL/PCL

- Planowanie fizjoterapii pooperacyjnej

- Fazy rehabilitacji i działanie przeciwzapalne

- Praca nad wyprostem i optymalizacja zakresu zgięcia stawu kolanowego (ruch pasywny vs ruch aktywny)

- Mobilność stawu rzepkowo-udowego

- Tematyka blizny pooperacyjnej

- Stopniowe obciążanie i zaopatrzenie ortopedyczne: orteza vs kule,

- Trening chodu, techniki pasywne vs aktywne

- Trening sprawności ogólnej

- Powrót do aktywności:

\* bieganie (RTR)

\* trening skocznościowy,

\* powrót do sportu (RTS)

#### 3. Fizjoterapia pooperacyjna stawu kolanowego

- Fizjoterapia po meniscektomii i szyciu łąkotki

- Rekonstrukcja ACL i PCL – zajęcia praktyczne

#### 4. Walidacja

*Opis zastosowania metod walidacji:*

##### 1. Analiza dowodów i deklaracji w części praktycznej

*W procesie walidacji umiejętności praktycznych uczestników zastosujemy metodę "analizy dowodów i deklaracji". Organizator szkolenia odpowiada za nagrywanie i przekazywanie materiałów walidatorowi. Materiał nagrywany jest w trakcie trwania szkolenia. Weryfikacja zebranych materiałów odbywa się w sposób zdalny. Uczestnicy powinni wyrazić stosowną zgodę na nagrywanie ich wizerunku wyłącznie celem przedłożenia dowodów walidatorowi, bądź poinformować osobę dokonującą utrwalenia ich wizerunku o braku wyrażania stosownej zgody, wówczas nagranie zostanie przeprowadzone w sposób uniemożliwiający identyfikację wizerunku uczestnika.*

*Procedura walidacji:*

- 1. Nagranie wykonania zadania - uczestnicy wykonują zadanie praktyczne pod nadzorem organizatora, który rejestruje materiał video.*
- 2. Przekazanie nagrania do walidatora - organizator przesyła materiał do oceny.*
- 3. Analiza nagrania przez walidatora - walidator dokonuje oceny na podstawie kryteriów weryfikacji, obejmujących m.in. poprawność wykonania procedur, zgodność z zasadami i normami oraz jakością techniczną wykonanych czynności.*

##### 2. Test teoretyczny w części teoretycznej

*Weryfikacja wiedzy teoretycznej uczestników odbędzie się za pomocą testu ABC, który zostanie przeprowadzony pod koniec szkolenia.*

*Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze.*

*Walidator będzie włączony dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie bierze bezpośrednio udziału w procesie kształcenia i nie podejmuje działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej.*

*Test teoretyczny - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.*

*Analiza zebranych dowodów i deklaracji - minimalny próg zaliczenia 80% przedłożonych dowodów i deklaracji zawiera poprawnie wykonane kryteria weryfikacji.*

Liczba godzin kursu: 24 h dyd., co stanowi 18h zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 1 h 30 min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Przerwy w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 7 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 17 godz. dydakt.

*Weryfikacja obecności odbywa się na podstawie listy obecności podpisanej podczas szkolenia. Wymagana obecność minimum 80%.*

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień , punkty 1-4, teoria 90min	dr Bartosz Rutowicz, PT	29-06-2026	08:30	13:00	04:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 8</b> Przerwa	dr Bartosz Rutowicz, PT	29-06-2026	13:00	14:00	01:00
<b>3 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 5-8, teoria 90min	dr Bartosz Rutowicz, PT	29-06-2026	14:00	18:15	04:15
<b>4 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 1-2, teoria 90min	dr Bartosz Rutowicz, PT	30-06-2026	08:00	13:00	05:00
<b>5 z 8</b> Przerwa	dr Bartosz Rutowicz, PT	30-06-2026	13:00	13:30	00:30
<b>6 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty cd 2-3, teoria 45min	dr Bartosz Rutowicz, PT	30-06-2026	13:30	16:45	03:15
<b>7 z 8</b> 4.Przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	dr Bartosz Rutowicz, PT	30-06-2026	16:45	17:00	00:15
<b>8 z 8</b> 4. Walidacja	-	30-06-2026	17:00	17:45	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 100,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	87,50 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## dr Bartosz Rutowicz, PT

- założyciel i właściciel Rehalab Academy - firmy edukacyjnej dla lekarzy i fizjoterapeutów organizującej szkolenia w Polsce i Europie, od 2009 roku do chwili obecnej zostało przeszkolonych ponad 12500 specjalistów, - autor kursów z zakresu diagnostyki, leczenia zachowawczego i pooperacyjnego stawu kolanowego, obręczy barkowej, obręczy biodrowej, stawu skokowego i stopy, - uważany za eksperta w zakresie prewencji i leczenia artrofibrozy po ortopedycznych zabiegach chirurgicznych, - praktykujący klinicysta w dziedzinie fizjoterapii ortopedycznej - właściciel specjalistycznego gabinetu fizjoterapii ortopedycznej w Krakowie. - anatom - asystent w Katedrze Anatomii Wydziału Lekarskiego Uniwersytetu Jagiellońskiego, członek Polskiego Towarzystwa Anatomicznego. - naukowiec - autor kilkunastu publikacji naukowych oraz wystąpień na konferencjach i kongresach naukowych. Trener zrealizował co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

## Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.
6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

## Informacje dodatkowe

### Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem, WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

## Adres

ul. Aleja Powstańców Wielkopolskich 26

85-090 Bydgoszcz

woj. kujawsko-pomorskie

sala na II piętrze, wejście koło Medicover

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** [szkolenia@odnova.org.pl](mailto:szkolenia@odnova.org.pl)

**Telefon** (+48) 694 225 457