



DAWID KASOLIK
SYNTONIC

★★★★★ 4,9 / 5

505 ocen

DNS - Dynamic Neuromuscular Stabilization (moduł A i B)

Numer usługi 2025/10/30/35015/3115981

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 48 h

📅 12.12.2025 do 03.02.2026

4 980,00 PLN brutto

4 980,00 PLN netto

103,75 PLN brutto/h

103,75 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Fizjoterapeuci, osteopaci, masażyści, terapeuci manualni, chiropraktycy, neurologi, ortopedzi, psychologowie, lekarze, trenerzy personalni, trenerzy przygotowania motorycznego.
Minimalna liczba uczestników	18
Maksymalna liczba uczestników	22
Data zakończenia rekrutacji	10-12-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	48
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

Celem szkolenia jest uzyskanie przez uczestnika umiejętności teoretycznych oraz praktycznych na temat samodzielnego stosowania terapii DNS u pacjentów w różnych przypadkach klinicznych i w różnym wieku od dzieci do seniorów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Poznaje kinezylogię i ontogenezę w pierwszym roku życia	Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.	Wywiad swobodny
Analizuje i ocenia stabilizację kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej oraz wzorce oddechowe	Dokonanie prawidłowej analizy posturalnej pacjenta	Wywiad swobodny
		Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozróżnia i definiuje stabilizację posturalną w różnych przypadkach klinicznych	Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.	Wywiad swobodny
Poznaje i wykorzystuje ćwiczenia dns w różnych pozycjach. Stosuje techniki relaksacyjne.	Dokonanie wyboru odpowiednich technik pracy z pacjentem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Wywiad swobodny

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

Szkolenie odbywa się w sali zaopatrzonej w rzutni multimedialny, stoły terapeutyczne oraz miejsce z matami do ćwiczeń.

W trakcie zajęć teoretycznych uczestnicy korzystają z miejsca przeznaczonego na naukę tematów teoretycznych.

W czasie praktyki korzystają z kozetek terapeutycznych oraz mat do ćwiczeń.

Czas trwania szkolenia liczony jest w godzinach dydaktycznych.

Moduł A

1. Kinezylogia rozwojowa, ontogeneza – podstawowe zagadnienia
2. Informacje związane z rozwojem człowieka, przebiegiem podstawowych wzorców ruchowych i ich zmianie w trakcie pierwszych miesięcy życia.
3. Fazy rozwoju w pierwszym roku życia

Podstawowe terminy i zagadnienia związane z fazami rozwoju motoryki w pierwszym roku życia człowieka. Ich prawidłowy przebieg.

3. Stabilizacja kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej, wzorce oddechowe.

Zagadnienia związane ze stabilizacją ciała w różnych segmentach organizmu. Analiza tej cechy z uwzględnieniem płaszczyzny strzałkowej oraz z jednoczesną analizą wzorców oddechowych i ich wpływu na w/w zagadnienia.

4. Testy posturalne DNS – system stabilizacji kręgosłupa.

Zagadnienia związane z analizą i wykorzystaniem testów posturalnych DNS w praktyce terapeutycznej. Informacje związane ze znaczeniem i wpływie systemu stabilizacyjnego na stan kręgosłupa.

5. Podstawy badania stabilizacji posturalnej i zasady leczenia

Zasady leczenia pacjentów wykazujących problemy z systemem stabilizującym kręgosłup. Sposób prowadzenia terapii, indywidualizacja terapii, periodyzacja.

6. Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia

Zagadnienia związane ze stabilizacją posturalną ze szczególnym uwzględnieniem pozycji supinacyjnej. Wpływie tej pozycji na prawidłową i nieprawidłową postawę ciała u pacjentów. Przykłady leczenia oraz propozycje autoterapii.

7. Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia

Zagadnienia związane ze stabilizacją posturalną ze szczególnym uwzględnieniem pozycji pronacyjnych. Wpływie tej pozycji na prawidłową i nieprawidłową postawę ciała u pacjentów. Przykłady leczenia oraz propozycje autoterapii.

8. Stabilizacja posturalna – wyższe pozycje powiązane z rozwojem dziecka w okresie 3-14 miesięcy. Wstęp do modułu B.

Moduł B

1. Zagadnienia związane z pozycjami wyższymi i ich wykorzystaniem w trakcie analizy pacjenta oraz leczeniu. Wstępne wprowadzenie w zagadnienia z modułu B.

2. Rozwój kinezylogiczny i ontogenetyczny. Przegląd podstawowych zasad

Zagadnienia związane z systematycznym przeglądem dotyczącym rozwoju motoryki w trakcie rozwoju osobniczego człowieka. Przegląd zasad dotyczących tego rozwoju.

3. Odruchy pierwotne, reakcje i aktywność posturalna w pierwszym roku życia. Rozwój funkcjonalny w pierwszym roku życia. Rozróżnianie prawidłowego i patologicznego rozwoju. Problemy centralnej koordynacji.

Omówienie zagadnień związanych z występowaniem przetrwałych odruchów pierwotnych – ich wpływie na rozwój prawidłowej postawy ciała. Omówienie problemów związanych z dysfunkcją centralnej koordynacji.

5. Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach supinacyjnych.

Zaawansowane techniki wykorzystywania pozycji supinacyjnych w trakcie terapii pacjenta – periodyzacja, modyfikacja i indywidualizacja.

6. Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach pronacyjnych.

Zaawansowane techniki wykorzystywania pozycji pronacyjnej w trakcie terapii pacjenta – periodyzacja, modyfikacja i indywidualizacja.

7. Dysprakcja rozwojowa, DCD, funkcje korowe

Omówienie zagadnień związanych z dysfunkcjami w obszarze korowym centralnego układu nerwowego.

8. Warsztat pracy nad supinacją i pronacją.

Szczegółowa i zaawansowana praca nad technikami związanymi z supinacją i pronacją

9. Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – wstęp do podstawowych synergizmów mięśniowych. Modyfikacje i progresja ipsilateralnego wzorca ruchowego.

Szczegółowe omówienie i przećwiczenie zagadnień związanych z wykorzystaniem pozycji bocznych w trakcie analizy i leczenia pacjentów.

10 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – zaawansowane „wyższe” pozycje ontogenetyczne dla ćwiczeń aktywnych. Edukacja pacjenta.

Tematy związane z edukacją pacjenta w kwestii wykonywania ćwiczeń w prawidłowy sposób, prewencji i profilaktyki. Wykorzystanie zaawansowanych technik z wykorzystaniem wyższych pozycji ciała.

11. Podstawowe techniki mobilizacji i relaksacji.

Omówienie oraz praktyczne przećwiczenie narzędzi terapeutycznych wykorzystywanych do mobilizacji oraz relaksacji pacjenta.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 22

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 22 Kinezylogia rozwojowa, ontogeneza – podstawowe zagadnienia	Magdalena Lepsikova	12-12-2025	09:00	10:30	01:30
2 z 22 Fazy rozwoju w pierwszym roku życia	Magdalena Lepsikova	12-12-2025	10:45	12:30	01:45
3 z 22 Stabilizacja kręgosłupa, tułowia, miednicy w płaszczyźnie strzałkowej, wzorce oddechowe	Magdalena Lepsikova	12-12-2025	13:30	15:00	01:30
4 z 22 Podstawy badania stabilizacji posturalnej i zasady leczenia	Magdalena Lepsikova	13-12-2025	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 22 Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Magdalena Lepsikova	13-12-2025	10:45	12:30	01:45
6 z 22 Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Magdalena Lepsikova	13-12-2025	13:30	15:00	01:30
7 z 22 Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje supinacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Magdalena Lepsikova	13-12-2025	15:15	17:00	01:45
8 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych	Magdalena Lepsikova	13-12-2025	15:15	17:00	01:45
9 z 22 Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Magdalena Lepsikova	14-12-2025	08:30	10:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 22 Stabilizacja posturalna – podstawowe pozycje pronacyjne i ich korelacja względem rozwoju pozycji ciała: leczenie, autoterapia	Magdalena Lepsikova	14-12-2025	10:45	12:30	01:45
11 z 22 Stabilizacja posturalna – wyższe pozycje powiązane z rozwojem dziecka w okresie 3-14 miesiąca. Wstęp do modułu B.	Magdalena Lepsikova	14-12-2025	13:30	15:30	02:00
12 z 22 Rozwój kinezyjologiczny i ontogenetyczny. Przegląd podstawowych zasad	Julia Demekova	01-02-2026	09:00	10:30	01:30
13 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach supinacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach supinacyjnych.	Julia Demekova	01-02-2026	13:30	15:00	01:30
14 z 22 Testy posturalne DNS – system stabilizacji kręgosłupa	Julia Demekova	01-02-2026	15:15	17:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych – przegląd i zaawansowane modyfikacje. Synergizm mięśni w pozycjach pronacyjnych	Julia Demekova	02-02-2026	09:00	10:30	01:30
16 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach pronacyjnych	Julia Demekova	02-02-2026	10:45	12:30	01:45
17 z 22 Dysprakcja rozwojowa, DCD, funkcje korowe	Julia Demekova	02-02-2026	13:30	15:00	01:30
18 z 22 Warsztat pracy nad supinacją i pronacją	Julia Demekova	02-02-2026	15:15	17:00	01:45
19 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – wstęp do podstawowych synergizmów mięśniowych. Modyfikacje i progresja ipsilateralnego wzorca ruchowego	Julia Demekova	03-02-2026	08:30	10:30	02:00
20 z 22 Ćwiczenia DNS w pozycjach bocznych – zaawansowane „wyższe” pozycje ontogenetyczne dla ćwiczeń aktywnych. Edukacja pacjenta.	Julia Demekova	03-02-2026	10:45	12:45	02:00
21 z 22 Podstawowe techniki mobilizacji i relaksacji	Julia Demekova	03-02-2026	13:30	15:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 22 Walidacja	-	03-02-2026	15:00	15:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 980,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 980,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	103,75 PLN
Koszt osobogodziny netto	103,75 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Julia Demekova

Ukończone w 1998 Department of Physical Therapy at Palacky University w Olomouck. Specjalizuje się w pracy nad dysfunkcjami systemu lokomocyjnego. Od 2002 pracuje w the Rehabilitation and Sport Medicine Department at the Motol University Hospital w Pradze. Pracuje zarówno z dziećmi jak i osobami dorosłymi. W 2011 została szefem rehabilitacji w the Centre of Movement Medicine w Pradze.

Ukończyła takei szkolenia jak Dynamic Neuromuscular Stabilization, Vojta Reflex locomotion principles, Mobilization and Soft Tissue Techniques according to Lewit, i the Bobath Method for adults. Trener posiada doświadczenie zdobyte w ost. 5 latach w zakresie planowanej usługi.



2 z 2

Magdalena Lepsikova

Ukończone w 1998 Department of Physical Therapy at Palacky University w Olomouck. Specjalizuje się w pracy nad dysfunkcjami systemu lokomocyjnego. Od 2002 pracuje w the Rehabilitation and Sport Medicine Department at the Motol University Hospital w Pradze. Pracuje zarówno z dziećmi jak i osobami dorosłymi. W 2011 została szefem rehabilitacji w the Centre of Movement Medicine w Pradze.

Ukończyła takei szkolenia jak Dynamic Neuromuscular Stabilization, Vojta Reflex locomotion principles, Mobilization and Soft Tissue Techniques according to Lewit, i the Bobath Method for adults. Trener posiada doświadczenie zdobyte w ost. 5 latach w zakresie planowanej usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt w formie papierowej

Warunki uczestnictwa

Uczestnik zobowiązany jest do wcześniejszego zarejestrowania się na szkolenie poprzez stronę syntonic.pl w celu rezerwacji miejsca na szkolenie.

Wykształcenie medyczne - fizjoterapeuci, masażyści, lekarze, osteopaci lub wykształcenie dotyczące nauki o zdrowiu np: trenerzy przygotowania motorycznego, trenerzy.

Informacje dodatkowe

Jeśli potrzebujesz pomocy to wejdź na naszą stronę, zaloguj się do panelu klienta i daj znać czy potrzebujesz nocleg, transport z lotniska lub chcesz zamówić jedzenie w trakcie szkolenia. W razie jakichkolwiek pytań zapraszamy do kontaktu z naszym centrum szkoleniowym.

www.syntonic.pl

Podstawa zwolnienia z VAT: art.43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy o podatku od towarów i usług. Kurs organizowany w ramach Niepublicznej Placówki Kształcenia Ustawicznego „Syntonic” (numer RSPO: 478 034)

Adres

pl. Strzelecki 20
50-224 Wrocław
woj. dolnośląskie

Workband Sale Szkoleniowe
Plac Strzelecki 20

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Rzutnik cyfrowy,

Kontakt



Aleksandra Gregorczyk

E-mail kasolik@syntonic.pl

Telefon (+48) 577 365 999