



Podstawy Terapii Manualnej - Kurs

Numer usługi 2025/10/31/15063/3119448

2 750,00 PLN brutto

2 750,00 PLN netto

67,07 PLN brutto/h

67,07 PLN netto/h

Martyna Mazurek-
Sitarz Fizjoactiv

★★★★★ 4,7 / 5

702 oceny

📍 Lublin

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 41:00 h

📅 09.05.2026 do 12.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none">Kurs dla fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, masażyistów, studentów fizjoterapii, terapeutów manualnych.Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.
Minimalna liczba uczestników	8
Maksymalna liczba uczestników	26
Data zakończenia rekrutacji	04-05-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	41
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje kursantów do samodzielnego wykonywania diagnostyki narządu ruchu oraz prowadzenia terapii manualnej wspomagającej leczenie narządu ruchu, w szczególności kręgosłupa i stawów obwodowych, zniesienie bólu i przywrócenie normalnej ruchomości w zablokowanych partiach kręgosłupa lub stawach.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje podstawowe pojęcia terapii manualnej, wymienia wskazania i przeciwwskazania oraz opisuje sposoby przeprowadzania badania w kontekście diagnozy i terapii.	Opisuje podstawowe pojęcia wykorzystywane w terapii manualnej: oscylacja, mobilizacja, manipulacja, trakcja, ślizg, dewiacja, shift, dystrakcja	Test teoretyczny
	Wymienia wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej	Test teoretyczny
	Opisuje sposób przeprowadzenia badania na potrzeby terapii manualnej	Test teoretyczny
Stosuje podstawowe techniki terapii manualnej.	Wykonuje podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa szyjnego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny górnej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa piersiowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa lędźwiowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny dolnej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje mobilizację zgięcia grzbietowego stawu skokowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje mobilizację zgięcia podszwawego stawu skokowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
Współpracuje wewnątrz interdyscyplinarnych zespołów medycznych oraz komunikuje się z pacjentem.	Stosuje specjalistyczne słownictwo przy opisie stanu pacjentów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera sposób przekazywania informacji do możliwości komunikacyjnych pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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:

Kurs dla fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, masażyistów, studentów fizjoterapii, terapeutów manualnych. Uczestnik powinien znać podstawy anatomii.

Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji wykładowcy jest tablica flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, maty, piłki, model szkieletu człowieka, modele anatomiczne stawów i kręgosłupa.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania usługi: 41 godzin dydaktycznych (w zakres godzinowy kursu nie są wliczane przerwy)

Liczba godzin zajęć teoretycznych: 7 godzin 30 minut

Liczba godzin zajęć praktycznych: 33

Walidacja efektów kształcenia: 15 minut

Za jedną godzinę dydaktyczną przyjmuje się 45 minut.

Zakres tematyczny oraz opis treści nauczania:

Część I - ODCINEK SZYJNY I PIERSIOWY KRĘGOSŁUPA ORAZ KOŃCZYNA GÓRNA

Narzędzia terapeutyczne wykorzystywane w terapii manualnej:

- Podstawowe pojęcia wykorzystywane w terapii manualnej: oscylacja, mobilizacja, manipulacja, trakcja, ślizg, dewiacja, shift, dystrakcja
- Wskazania i przeciwwskazania
- Badanie dla potrzeb terapii manualnej

Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa szyjnego:

Oscylacyjne techniki mobilizacyjne wykonywane na stawy międzywyrostkowe pomiędzy C2-C7, Mobilizacja na C7-Th1-2-3-4, Mobilizacja połączona z ruchem zgięcia, rotacji i wyprost, zgięcia boczne, Autoterapia dla pacjenta do domu, Manipulacja z trakcją, Manipulacja pociągnięcie-ślizg przedni, Manipulacja Rotacyjna C2, Manipulacja chwyt rotacyjny (C3-C6)

Podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny górnej:

Rozciąganie torebki stawowej, Technika dystrakcji na staw ramienny, Mobilizacja połączona z ruchem zgięcia, odwiedzenia i rotacji, Manipulacja rotacyjna stawu ramiennego, Manipulacja na łokieć tenisisty, Manipulacja na ciało wolne, Mobilizacja pronacyjna, Mobilizacja supinacyjna, Mobilizacja stawu łokciowego, Mobilizacja zgięcia grzbietowego i dłoniowego nadgarstka, Mobilizacja kości księżycowatej, Mobilizacja kości główkowatej, Mobilizacja ograniczonej supinacji i pronacji przedramienia, Mobilizacja kości łódeczkowatej, Manipulacja podwichnięcia, Manipulacja nadgarstka

Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa piersiowego:

Mobilizacja wyprostna Th, Mobilizacja przedłużony ślizg, Manipulacja od Th6-12 z trakcją przez kdd, Manipulacja z trakcją przez głowę powyżej Th6, Manipulacja wyprostna z trakcją i bez, Manipulacja wyprostno rotacyjna z trakcją i bez, Manipulacja przesuwno-dociskowa, Mobilizacje rozciągnięcie

Część II - ODCINEK LĘDŹWIOWY, STAW KRZYŻOWO-BIODROWY, KOŃCZYNA DOLNA

Podstawowe techniki terapeutyczne dla kręgosłupa lędźwiowego:

Techniki oscylacyjne na L5-L1, Manipulacja repozycji przez talerz, Manipulacja przez guz kulszowy, Manipulacja rozciągnięcie, Manipulacja kd poza leżanką, Manipulacja na shift, Mobilizacja na shift, Mobilizacja przedłużony ślizg wyprostna, Mobilizacja na staw krzyżowo-biodrowy – ślizg przedni i tylny.

Podstawowe techniki terapeutyczne dla kończyny dolnej:

Rozciąganie torebki stawu biodrowego, Mobilizacja z rot wew. w stawie biodrowym, Mobilizacja z odwiedzeniem, Mobilizacja z wyprostem, Manipulacja rotacyjna ciała wolnego w stawie biodrowym, Mobilizacja zgięciowa stawu kolanowego, Manipulacja rotacyjna z trakcją stawu kolanowego, Manipulacja zgięciowa stawu kolanowego, Repozycja głowy kości strzałkowej, Manipulacja więzadeł pobocznych stawu skokowego, Manipulacja ciała wolnego staw skokowy, Mobilizacja inwersji śródstopia.

Przypadki kliniczne i ich terapia w oparciu o techniki terapii manualnej

Mobilizacje zgięcie grzbietowego stawu skokowego, Mobilizacje zgięcie podszwowego stawu skokowe.

Walidacja efektów kształcenia

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części edukacyjnej kursu.

Test rozdany, a po zakończeniu zebrany jest przez osobę z ramienia organizatora na koniec kursu, po zakończeniu części edukacyjnej. Test następnie sprawdzany jest przez walidatora. Próg zdawalności - 80%.

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie zajęć praktycznych w trakcie trwania kursu, prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia. Trener nie ingeruje w proces walidacji, nie podaje instrukcji w czasie trwania oceny przez walidatora, oraz nie koryguje wykonania technik. Próg zdawalności - 80%.

Wyniki walidacji podawane są po usłudze. W harmonogramie uwzględniono czas walidacji na 1 uczestnika.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 27

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>1 z 27</p> <p>Podstawowe pojęcia wykorzystywane w terapii manualnej. Wskazania i przeciwwskazania. Badanie dla potrzeb terapii manualnej.</p>	Sylwia Paszkiewicz	09-05-2026	08:30	11:15	02:45
<p>2 z 27</p> <p>Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	09-05-2026	11:15	11:30	00:15
<p>3 z 27</p> <p>Oscylacyjne tech. mob. wykonywane na stawy międzywyrostkowe pomiędzy C2-C7, Mobilizacja na C7-Th1-2-3- 4, Mobilizacja połączona z ruchem zgięcia, rotacji i wyprostu, zgięcia boczne.</p>	Sylwia Paszkiewicz	09-05-2026	11:30	13:00	01:30
<p>4 z 27</p> <p>Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	09-05-2026	13:00	13:30	00:30
<p>5 z 27</p> <p>Autoterapia dla pacjenta do domu, Manipulacja z trakcją, Manipulacja pociągnięcie-ślizg przedni, Manipulacja Rotacyjna C2, Manipulacja chwyt rotacyjny (C3-C6).</p>	Sylwia Paszkiewicz	09-05-2026	13:30	15:45	02:15
<p>6 z 27</p> <p>Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	09-05-2026	15:45	16:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>7 z 27</p> <p>Rozciąganie torebki stawowej, Technika dystrakcji na st. ramienny, Mob. połączona z ruchem zgięcia, odwiedzenia i rotacji, Manipulacja rotacyjna st. ramiennego, Manipulacja na łokieć tenisisty.</p>	Sylwia Paszkiewicz	09-05-2026	16:00	17:30	01:30
<p>8 z 27</p> <p>Manipulacja na ciało wolne, Mobilizacja probacyjna, supinacyjna, stawu łokciowego, zgięcia grzbietowego i dłoniowego nadgarstka, kości księżycowatej.</p>	Sylwia Paszkiewicz	10-05-2026	08:00	11:00	03:00
<p>9 z 27 Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	10-05-2026	11:00	11:10	00:10
<p>10 z 27</p> <p>Mobilizacja kości główkowatej, ograniczonej supinacji i pronacji przedramienia, kości łódeczkowatej, Manipulacja podwichnięcia, nadgarstka.</p>	Sylwia Paszkiewicz	10-05-2026	11:10	13:00	01:50
<p>11 z 27 Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	10-05-2026	13:00	13:20	00:20

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>12 z 27 Mobilizacja wyprostna Th, Mobilizacja przedłużony ślizg, Manipulacja od Th6-12 z trakcją przez kkdd, Manipulacja z trakcją przez głowę powyżej Th6.</p>	Sylwia Paszkiewicz	10-05-2026	13:20	14:30	01:10
<p>13 z 27 Manipulacja wyprostna z trakcją i bez, wyprostno rotacja z trakcją i bez, przesuwno-dociskowa, Mobilizacje rozciągnięcie. Podsumowanie zjazdu.</p>	Sylwia Paszkiewicz	10-05-2026	14:30	15:30	01:00
<p>14 z 27 Techniki oscylacyjne na L5-L1, Manipulacja repozycji przez talerz, Manipulacja przez guz kulszowy</p>	Sylwia Paszkiewicz	11-06-2026	09:00	11:15	02:15
<p>15 z 27 Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	11-06-2026	11:15	11:30	00:15
<p>16 z 27 Manipulacja rozciągnięcie, Manipulacja kd poza leżanką, Manipulacja na shift</p>	Sylwia Paszkiewicz	11-06-2026	11:30	13:00	01:30
<p>17 z 27 Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	11-06-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>18 z 27</p> <p>Mobilizacja na shift, Mobilizacja przedłużony ślizg wyprostna, Mobilizacja na staw krzyżowo-biodrowy – ślizg przedni i tylny.</p>	Sylwia Paszkiewicz	11-06-2026	13:30	15:45	02:15
<p>19 z 27 Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	11-06-2026	15:45	16:00	00:15
<p>20 z 27</p> <p>Rozciąganie torebki stawu biodrowego, Mobilizacja z rot wew. w stawie biodrowym, Mobilizacja z odwiedzeniem.</p>	Sylwia Paszkiewicz	11-06-2026	16:00	18:00	02:00
<p>21 z 27</p> <p>Mobilizacja z wyprostem, Manipulacja rotacyjna ciała wolnego w stawie biodrowym, Mobilizacja zgięciowa stawu kolanowego.</p>	Sylwia Paszkiewicz	12-06-2026	08:00	11:10	03:10
<p>22 z 27 Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	12-06-2026	11:10	11:20	00:10
<p>23 z 27</p> <p>Manipulacja rotacyjna z trakcją stawu kolanowego, zgięciowa stawu kolanowego, Repozycja głowy kości strzałkowej.</p>	Sylwia Paszkiewicz	12-06-2026	11:20	13:00	01:40
<p>24 z 27 Przerwa</p>	Sylwia Paszkiewicz	12-06-2026	13:00	13:20	00:20

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 27 Manipulacja więzadeł pobocznych stawu skokowego, ciała wolnego staw skokowy, Mobilizacja inwersji śródstopia	Sylwia Paszkiewicz	12-06-2026	13:20	14:30	01:10
26 z 27 Przypadki kliniczne i ich terapia w oparciu o techniki terapii manualnej: Mobilizacje zgięcie grzbietowego stawu skokowego, zgięcie podszwowego stawu skokowe. Pytania.	Sylwia Paszkiewicz	12-06-2026	14:30	16:00	01:30
27 z 27 Walidacja efektów kształcenia - test teoretyczny oraz podsumowanie wyników obserwacji w warunkach symulowanych.	-	12-06-2026	16:00	16:15	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 750,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 750,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	67,07 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Sylwia Paszkiewicz

Fizjoterapeutka, absolwentka Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Od dziesięciu lat czynnie związana z koncepcją PNF. Posiada członkostwo w międzynarodowej organizacji IPNFA. Międzynarodowy Terapeuta Kinesjologii Tapingu i dyplomowany terapeuta koncepcji PNF. W listopadzie 2015 roku otrzymała nagrodę Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii za szczególny wkład i pracę na rzecz Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii. Jest w trakcie studiów specjalizacyjnych z fizjoterapii. Ukończyła m.in. kurs terapii manualnej wg Ackermanna kurs terapii manualnej wg Cyriaxa kurs terapii manualnej wg Mulligana Międzynarodowy Terapeuta Kinesjologii Tapingu kurs Terapii Punktów Spustowych kurs metody PRI dyplomowany Terapeuta Koncepcji PNF
* Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzymuje skrypt z opisem technik prezentowanych na zajęciach. W skrypcie kursanci mogą także umieszczać własne notatki. Każdy z uczestników otrzymuje także długopis.

Warunki uczestnictwa

Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy przesłać na adres mailowy formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie <http://www.fizjoactiv.pl/>

Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

- Wymagana obecność na minimum 80% zajęć edukacyjnych.
- Poziom zdawalności dla walidacji testem teoretycznym: 80%
- Poziom zdawalności dla walidacji obserwacji w warunkach symulowanych: 80%

Kurs dla fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, masażyistów, studentów fizjoterapii, terapeutów manualnych. Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.

Adres

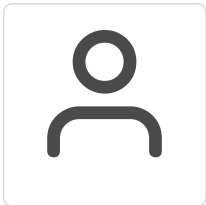
ul. Krochmalna 3
20-401 Lublin
woj. lubelskie

Pomieszczenia, w których odbędą się zajęcia mieszczą się przy ul. Krochmalna 3 w Lublinie. Pomieszczenie wyposażone jest w projektor multimedialny, stoły i sprzęt rehabilitacyjny, krzesła. Uczestnicy będą mieli do swojej dyspozycji szatnię na pozostawienie odzieży wierzchniej.
Wejście do budynku znajduje się od strony ulicy Kawiej.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Martyna Mazurek-Sitarz

E-mail fizjoactiv@gmail.com

Telefon (+48) 697 702 601