



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 926 ocen

Kurs Medyczny trening stopy

Numer usługi 2025/11/04/55596/3126759

- 📍 Warszawa
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 21:00 h
- 📅 29.08.2026 do 30.08.2026

1 700,00 PLN brutto

1 700,00 PLN netto

80,95 PLN brutto/h

80,95 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- trenerów,
- instruktorów sportu,
- terapeutów integracji sensorycznej,
- nauczycieli wychowania fizycznego i gimnastyki korekcyjnej,
- techników fizjoterapii,
- masażystów,
- podologów,
- 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

28-08-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie diagnostyki oraz terapii dysfunkcji stopy. Pogłębia umiejętności potrzebne do samodzielnej pracy przy rozwiązywaniu problemów związanych ze stopą.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie definiuje dysfunkcje stopy i proces treningu	Uczestnik definiuje związek stopy z innymi częściami ciała	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik planuje skuteczną terapię	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje proces treningu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik samodzielnie pracuje w zakresie diagnostyki oraz terapii dysfunkcji stopy	Uczestnik przeprowadza podstawową diagnostykę	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik dobiera odpowiednie ćwiczenia, zgodnie z badaniem funkcjonalnym	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania	Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjenta	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik komunikuje pacjentowi w sposób zrozumiały wskazania do wprowadzenia terapii oraz ewentualne przeciwwskazania i konsekwencje	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 zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie diagnostyki oraz terapii dysfunkcji stopy. Pogłębia umiejętności potrzebne do samodzielnej pracy przy rozwiązywaniu problemów związanych ze stopą.

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: 21 godzin dydaktycznych

PROGRAM KURSU :

Dzień 1

1. Testy kliniczne i badania dodatkowe w rozpoznaniu podstawowych dysfunkcji stopy i stawu skokowego.
2. Mobilność, stabilność a praca stopy.
3. Rola ćwiczeń propriocepcji w treningu stopy.
4. Badanie postawy ciała w kontekście pracy stopy.
5. Etapy treningu stopy.
6. Wzorce ruchowe – wzorzec przysiadu, wzorzec wykroku, wzorzec trójwyprostu.
7. Medyczny trening stopy z podziałem na wiek – przedszkolak, klasy I-III, IV-VIII, nastolatek, osoba dorosła.

Dzień 2

1. Stopa sportowca – aktywizacja i relaksacja.
2. Znaczenie wczesnej profilaktyki.
3. Postępowanie w najczęściej spotykanych wadach stóp: stopa płaska, płaskokoślawą, koślawość tyłostopia, stopa przywiedzeniowa, hallux.
4. MTS w najczęstszych dolegliwościach bólowych w obrębie stóp.
5. Akcesoria sportowe w treningu stopy.
6. Stretching.
7. Mobilizacje.

8. Rolowanie.

9. Treningi plyometryczny.

10. Opracowanie zestawu ćwiczeń do samodzielnego wykonania przez klienta.

11. 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 jakość techniczną wykonanych czynności.*

2. *Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie w części teoretycznej*

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

Trener rozda test ABC, 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 z wynikiem generowanym automatycznie - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.

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

Kurs trwa 21 godz. dydaktycznych, co stanowi 15 godz. 45 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne – 6 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne – 15 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
1 z 8 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 1-4, teoria 90 min	mgr Małgorzata Jura	29-08-2026	09:00	13:00	04:00
2 z 8 Przerwa	mgr Małgorzata Jura	29-08-2026	13:00	14:00	01:00
3 z 8 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 5-7, teoria 90 min	mgr Małgorzata Jura	29-08-2026	14:00	18:00	04:00
4 z 8 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 1-5, teoria 45 min	mgr Małgorzata Jura	30-08-2026	08:00	12:30	04:30
5 z 8 Przerwa	mgr Małgorzata Jura	30-08-2026	12:30	13:30	01:00
6 z 8 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 6-10, teoria 45 min	mgr Małgorzata Jura	30-08-2026	13:30	15:45	02:15
7 z 8 11.Przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Małgorzata Jura	30-08-2026	15:45	16:00	00:15
8 z 8 11.Walidacja	-	30-08-2026	16:00	16:45	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 700,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	80,95 PLN
Koszt osobogodziny netto	80,95 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Małgorzata Jura

Absolwentka Politechniki Opolskiej na kierunku fizjoterapia. Fizjoterapeuta, terapeuta manualny, trener przygotowania motorycznego oraz założycielka firmy M13 Studio Ruchu i Terapii. Swoją praktykę zawodową realizuje od 1997 roku. Specjalizuje się w fizjoterapii ortopedycznej i sportowej oraz terapii wad postawy. Od 2002 zajmuje się badaniem i wysoko wyspecjalizowaną terapią stopy, doбором indywidualnych wkładek ortopedycznych i sportowych dla dzieci i dorosłych. W latach 2012/2018 r. była koordynatorem wkładek ortopedycznych Igli w Polsce. Ukończone kursy i szkolenia: terapia manualna, metoda Mulligana, metoda McKenzie, diagnozowanie i terapia tkanek miękkich, manipulacje powięziowe L. Stecco, terapia czaszkowo-krzyżowa, PNF podstawowy, NDT Bobath dla dorosłych, łańcuchy mięśniowe GDS, kinesiologia Taping, Medical Taping, Taping sportowy, wielowymiarowa terapia manualna stóp, szkolenia z zakresu doboru wkładek ortopedycznych, szkolenie z zakresu wkładek sensomotorycznych, Kształtowanie motoryczne w ujęciu funkcjonalnym, Exos – mentorship I, FMS, igłoterapia, trening mięśniowo-powięziowy, trening medyczny, integracja kości z siecią powięziową, HVLA, Mobility and Stability for Performance z Greg Dea, Athletic Groin prof Goran Markovic, Next Generation Runner. Trenerka zrealizowała 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 ODNOWA.

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. Człuchowska 68a

01-360 Warszawa

woj. mazowieckie

CDKM

IV piętro

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Sala dydaktyczna będzie dostosowana do potrzeb kursu. Będą bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

Kontakt



Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457