



HealthConcept  
Katarzyna Stobiecka

★★★★★ 4,8 / 5

192 oceny

## Manual and move therapy - upper body

Numer usługi 2025/11/27/186142/3176123

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 32:00 h

📅 20.11.2026 do 22.11.2026

2 280,00 PLN brutto

2 280,00 PLN netto

71,25 PLN brutto/h

71,25 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Szkolenia HealthConcept skierowane są do specjalistów z zakresu fizjoterapii, terapii manualnej, osteopatii, rehabilitacji oraz innych zawodów medycznych i okołomedycznych, którzy chcą pogłębić wiedzę i rozwijać praktyczne umiejętności terapeutyczne. Uczestnikami mogą być także studenci kierunków medycznych i fizjoterapeutycznych posiadający podstawową znajomość anatomii i fizjologii. Oferta kursów uwzględnia potrzeby zarówno osób rozpoczynających pracę w danym obszarze, jak i doświadczonych praktyków poszukujących aktualizacji wiedzy i wymiany doświadczeń.

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

### Minimalna liczba uczestników

8

### Maksymalna liczba uczestników

12

### Data zakończenia rekrutacji

19-11-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

32

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania i prowadzenia terapii pacjentów z dysfunkcjami w obrębie głowy, szyi i kończyny górnej, z wykorzystaniem metod terapii manualnej oraz ćwiczeń kinezyterapeutycznych. Szkolenie rozwija umiejętność diagnostyki funkcjonalnej oraz praktycznego doboru technik terapeutycznych w oparciu o aktualną wiedzę naukową.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje budowę anatomiczną, biomechanikę i najczęstsze dysfunkcje w obrębie odcinka szyjnego, piersiowego, obręczy barkowej i stawów skroniowo-żuchwowych.	Wymienia zależności anatomiczne i wyjaśnia ich znaczenie w kontekście objawów klinicznych.	Analiza dowodów i deklaracji
	Wymienia główne elementy anatomiczne i opisuje ich biomechanikę.	Analiza dowodów i deklaracji
	Charakteryzuje co najmniej 3 najczęstsze dysfunkcje w danym obszarze, podając ich objawy kliniczne.	Analiza dowodów i deklaracji
Wyjaśnia mechanizmy działania technik terapii manualnej i kinezyterapeutycznej oraz ich zastosowanie w leczeniu bólu pierwotnego i wtórnego.	Porównuje skuteczność technik terapeutycznych na podstawie konkretnych przypadków.	Analiza dowodów i deklaracji
	Omawia krok po kroku mechanizm działania wybranej techniki manualnej.	Analiza dowodów i deklaracji
	Wyjaśnia różnicę w zastosowaniu technik w przypadku bólu pierwotnego i wtórnego.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dobiera i wykonuje testy ortopedyczne, neurologiczne i analizuje ich wyniki pod kątem terapii.	Analiza dowodów i deklaracji
Przeprowadza diagnostykę funkcjonalną i manualną w obrębie głowy, szyi i kończyny górnej.	Wykonuje minimum 3 testy funkcjonalne dla odcinka szyjnego i obręczy barkowej.	Analiza dowodów i deklaracji
	Interpretuje wyniki przeprowadzonych testów i wskazuje możliwe źródła dysfunkcji.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje adekwatne techniki terapii manualnej i ćwiczeń ruchowych w zależności od rodzaju dysfunkcji.	Dobiera i wykonuje minimum trzy metody terapeutyczne (manualne, ruchowe) w przypadku wybranego scenariusza klinicznego.	Analiza dowodów i deklaracji
	<p>Dobiera co najmniej 2 techniki terapii manualnej odpowiednie dla konkretnej dysfunkcji.</p> <p>Opracowuje zestaw ćwiczeń ruchowych dostosowanych do indywidualnych potrzeb pacjenta.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p> <p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
Współpracuje z pacjentem i innymi specjalistami w ramach interdyscyplinarnego planu leczenia.	Komunikuje cele terapii, reaguje na sygnały alarmowe i potrafi zaplanować dalsze etapy leczenia lub skierowanie.	Analiza dowodów i deklaracji
	<p>Przedstawia propozycję konsultacji lub skierowania pacjenta do innego specjalisty.</p> <p>Opracowuje plan postępowania, który integruje elementy terapii manualnej i kinezyterapii z działaniami innych specjalistów.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p> <p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
Stosuje zasady etycznej i bezpiecznej pracy z pacjentem.	Zachowuje standardy higieny, prowadzi dokumentację i przestrzega granic kontaktu fizycznego.	Analiza dowodów i deklaracji
	<p>Wskazuje zasady komunikacji i zachowania zapewniające komfort oraz poczucie bezpieczeństwa pacjenta.</p> <p>Demonstruje prawidłowe zabezpieczenie pacjenta podczas wykonywania technik manualnych i ćwiczeń.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p> <p>Analiza dowodów i deklaracji</p>

## 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

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania i prowadzenia terapii pacjentów z dysfunkcjami w obrębie głowy, szyi i kończyny górnej, z wykorzystaniem metod terapii manualnej oraz ćwiczeń kinezyterapeutycznych. Szkolenie rozwija umiejętność diagnostyki funkcjonalnej oraz praktycznego doboru technik terapeutycznych w oparciu o aktualną wiedzę naukową.

Szkolenia HealthConcept skierowane są do specjalistów z zakresu fizjoterapii, terapii manualnej, osteopatii, rehabilitacji oraz innych zawodów medycznych i okołomedycznych, którzy chcą pogłębić wiedzę i rozwijać praktyczne umiejętności terapeutyczne. Uczestnikami mogą być także studenci kierunków medycznych i fizjoterapeutycznych posiadający podstawową znajomość anatomii i fizjologii. Oferta kursów uwzględnia potrzeby zarówno osób rozpoczynających pracę w danym obszarze, jak i doświadczonych praktyków poszukujących aktualizacji wiedzy i wymiany doświadczeń.

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

### **Program szkolenia:**

Agenda:

1. Anatomia i biomechanika odcinka szyjnego i piersiowego kręgosłupa oraz obręczy barkowej i stawów skroniowo-żuchwowych.
2. Omówienie wybranych patologii narządu ruchu w obrębie głowy, szyi i kończyny górnej. Podstawy fizjologii bólu i gojenia tkanek. Pojęcie bólu pierwotnego i wtórnego. Somatyzacja objawów na przykładzie bruksizmu.
3. Ograniczenia i możliwości terapii manualnej oraz kinezyterapii i ich rola w procesie terapeutycznym. Założenia teoretyczne i skuteczność wybranych metod.
4. Diagnostyka funkcjonalna i manualna. Wybrane testy neurologiczne i ortopedyczne na potrzeby fizjoterapii. Współpraca z innymi specjalistami, podejście interdyscyplinarne.
5. Techniki manualne stawowe: mobilizacje i manipulacje stawów kręgosłupa i stawów obwodowych. Zasadność ich stosowania i mechanizm działania. Aktualna wiedza naukowa.
6. Techniki manualne w terapii tkanek miękkich: rozluźnianie mięśniowo-powięziowe, punkty spustowe, masaż tkanek głębokich, rozluźnianie pozycyjne, łączenie metod i wybór najbardziej adekwatnej dla pacjenta. Cele stosowania terapii i skuteczność w oparciu o aktualną wiedzę naukową.
7. Zagadnienia teoretyczne wysiłku fizycznego, parametry sprawności fizycznej i zdolności motorycznych. Omówienie rodzajów siły, hipertrofia i rozwój siły maksymalnej w procesie fizjoterapii.
8. Kinezyterapia: ocena podstawowych wzorców ruchowych, dobór odpowiednich ćwiczeń i strategii ruchowych w najczęstszych patologiach narządu ruchu w obrębie górnej połowy ciała. Ćwiczenia siły, mocy, wytrzymałości, plyometria, kryteria powrotu do sportu/ aktywności zawodowej.

9. Mierzenie i monitorowanie efektów rehabilitacji bez użycia specjalistycznej aparatury.

10. Podstawy periodyzacji treningowej na potrzeby fizjoterapii. Dobór parametrów treningowych, układanie planów i protokołów rehabilitacji oraz łączenie pracy manualnej i ruchowej.

Walidacja

-----

Po zrealizowanym szkoleniu uczestnik otrzyma certyfikat o ukończeniu usługi.

Warunkiem uzyskania certyfikatu jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych tj. za godzinę usługi szkoleniowej rozumie się 45 minut

Szkolenie zawiera 10h teorii i 22h praktyki (jw.)

Fakt uczestnictwa w każdym dniu usługi rozwojowej musi zostać potwierdzony przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora liście obecności

Walidacja wlicza się w czas trwania usługi

Trener dostosowuje przerwy do potrzeb uczestników (max. 10 min.) i **odpowiednio wydłuża zajęcia**. Przerwy nie są wpisane w harmonogram szkolenia i nie stanowią kosztów kwalifikowalnych.

Warunki organizacyjne:

Szkolenie realizowane jest w sali wyposażonej w **ergonomiczne stanowiska pracy**, umożliwiające komfortowe uczestnictwo w zajęciach teoretycznych i praktycznych.

Każdy uczestnik ma zapewnione **indywidualne stanowisko do ćwiczeń praktycznych**, wyposażone w niezbędne pomoce i akcesoria.

Organizator zapewnia **środki ochrony osobistej i higieny** zgodnie z charakterem zajęć (np. rękawiczki jednorazowe, środki dezynfekujące, maty).

Zajęcia prowadzone są w **grupie kameralnej**, co umożliwi indywidualne podejście do uczestnika, bieżące konsultacje i pracę w małych podzespołach.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Anatomia i biomechanika odcinka szyjnego, piersiowego, obręczy barkowej i stawów skroniowo-żuchwowych	Mateusz Goczał	20-11-2026	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 16</b> Patologie narządu ruchu w obrębie głowy, szyi i kończyny górnej. Fizjologia bólu. Ból pierwotny i wtórny. Somatyzacja objawów (np. bruksizm)	Mateusz Goczał	20-11-2026	10:00	12:00	02:00
<b>3 z 16</b> Przerwa	Mateusz Goczał	20-11-2026	12:00	12:15	00:15
<b>4 z 16</b> Możliwości i ograniczenia terapii manualnej i kinezyterapii. Przegląd metod i ich skuteczności	Mateusz Goczał	20-11-2026	12:15	14:00	01:45
<b>5 z 16</b> Diagnostyka funkcjonalna i manualna – testy ortopedyczne i neurologiczne, współpraca interdyscyplinarna	Mateusz Goczał	20-11-2026	14:00	16:15	02:15
<b>6 z 16</b> Techniki manualne stawowe – mobilizacje i manipulacje kręgosłupa i stawów obwodowych	Mateusz Goczał	21-11-2026	08:00	10:00	02:00
<b>7 z 16</b> Terapia tkanek miękkich	Mateusz Goczał	21-11-2026	10:00	12:00	02:00
<b>8 z 16</b> Przerwa	Mateusz Goczał	21-11-2026	12:00	12:15	00:15
<b>9 z 16</b> Praktyczne zastosowanie wybranych technik manualnych	Mateusz Goczał	21-11-2026	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>10 z 16</b> Zagadnienia wysiłku fizycznego – sprawność motoryczna, rodzaje siły, hipertrofia, rozwój siły w terapii</p>	Mateusz Goczał	21-11-2026	14:00	16:15	02:15
<p><b>11 z 16</b> Kinezyterapia – analiza wzorców ruchowych, dobór ćwiczeń, trening siły, mocy, wytrzymałości, plyometria</p>	Mateusz Goczał	22-11-2026	08:00	10:00	02:00
<p><b>12 z 16</b> Kinezyterapia w praktyce – ocena wzorców ruchowych, dobór ćwiczeń siłowych, wytrzymałościowych, plyometrycznych</p>	Mateusz Goczał	22-11-2026	10:00	12:00	02:00
<p><b>13 z 16</b> Przerwa</p>	Mateusz Goczał	22-11-2026	12:00	12:15	00:15
<p><b>14 z 16</b> Monitorowanie efektów rehabilitacji bez użycia specjalistycznej aparatury</p>	Mateusz Goczał	22-11-2026	12:15	14:00	01:45
<p><b>15 z 16</b> Podstawy periodyzacji w fizjoterapii – budowanie planów i łączenie terapii manualnej z ruchem</p>	Mateusz Goczał	22-11-2026	14:00	15:45	01:45
<p><b>16 z 16</b> Walidacja</p>	-	22-11-2026	15:45	16:15	00:30

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 280,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 280,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	71,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	71,25 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Mateusz Goczał

Fizjoterapeuta z wykształceniem medycznym i sportowym, absolwent Wydziału Rehabilitacji Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie (studia licencjackie) oraz Wydziału Wojskowo-Lekarskiego Uniwersytetu Medycznego w Łodzi (studia magisterskie na kierunku fizjoterapia). Od ponad 8 lat prowadzi prywatną praktykę fizjoterapeutyczną, obecnie pod marką HoliClinic. Doświadczenie zawodowe zdobywał w renomowanych placówkach, takich jak Enel-Sport, FizjoAdventure, CareSolutions, Pallmed, Aneta Clinic Dental Art, a także współpracując z klubami sportowymi: MUKS Widzew Łódź i Olimp Karate.

W ciągu ostatnich 5 lat systematycznie rozwijał swoje kompetencje zawodowe, uczestnicząc w zaawansowanych szkoleniach krajowych i międzynarodowych z zakresu terapii manualnej, leczenia ruchem, diagnostyki funkcjonalnej i terapii inwazyjnej. Specjalizuje się w pracy z pacjentami ortopedycznymi, sportowcami oraz osobami z przewlekłym bólem. W codziennej praktyce integruje podejście manualne, nowoczesną kinezyterapię i elementy obrazowania funkcjonalnego. Jako szkoleniowiec skupia się na praktycznym zastosowaniu skutecznych metod pracy w oparciu o aktualną wiedzę i doświadczenie kliniczne.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

skrypt szkoleniowy

### Informacje dodatkowe

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

Usługa zwolniona z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt. 29 lit. a ustawy o podatku VAT lub art. 113 ust. 1 ustawy o podatku VAT

## Adres

ul. Szeregową 23

94-225 Łódź

woj. łódzkie

Dzień pierwszy: ul. Szeregową 23, 94 - 225 Łódź

Dzień drugi i trzeci: Pl. Niepodległości, 4 93-029 Łódź

## Kontakt



**KATARZYNA STOBIECKA**

**E-mail** [healthconcept.kursy@gmail.com](mailto:healthconcept.kursy@gmail.com)

**Telefon** (+48) 731 800 505