

**Kurs PNF rozwijający.**

Numer usługi 2026/01/23/11130/3279213

2 700,00 PLN brutto
2 700,00 PLN netto
54,00 PLN brutto/h
54,00 PLN netto/h

Monika Korfanty
REHAMAX

★★★★★ 4,7 / 5
704 oceny

📍 Rzeszów / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 50 h

📅 02.12.2026 do 06.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	<p>Osoby posiadające dyplom fizjoterapeuty (technik, licencjat, magister) lub lekarza.</p> <p>Ukończony kurs podstawowy PNF.</p> <p>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.</p>
Minimalna liczba uczestników	10
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	01-12-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	50
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego prowadzenia terapii pacjenta zgodnie z założeniami koncepcji PNF na poziomie rozwijającym poprzedzonej wykonaniem badania fizjoterapeutycznego oraz określeniem celu terapii ze względu na

funkcję, którą chory utracił.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wykorzystuje wiedzę do przeprowadzenia badania i terapii, której podstawą jest praca nad funkcją, którą chory utracił.	Uczestnik wykonuje globalną analizę ciała człowieka.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje wpływ koncepcji PNF na organizm,	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie prowadzi terapię pacjentów zgodnie z założeniami koncepcji PNF na poziomie rozszerzonym.	Uczestnik rozwiązuje problemy związane z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów neurologicznych i ortopedycznych w oparciu o ICF.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik stosuje nowe wzorce ruchowe Thrust w łańcuchu zamkniętym i otwartym oraz kombinacje wzorców w różnych pozycjach wyjściowych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik rozwiązuje problemy bólowe pacjenta w oparciu o klasyfikację ICF.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prowadzi terapię chodu na poziomie advanced.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik przestrzega praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz realizuje potrzebę ciągłego kształcenia się.	Uczestnik podwyższa swoje kompetencje poprzez samodoskonalenie oraz systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności.	Debata swobodna
	Uczestnik samodzielnie kieruje własnym rozwojem oraz autonomicznie i odpowiedzialnie uczestniczy w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania	Debata swobodna

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

Ramowy Program kursu

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:

Szkolenie adresowane jest do fizjoterapeutów i lekarzy, posiadających podstawowe doświadczenie w swoim zawodzie oraz ukończyli kurs PNF na poziomie podstawowym. Uczestnik powinien znać podstawy anatomii. Usługa adresowana jest do uczestników wszystkich projektów, również do uczestników projektów: Kierunek- Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem.

Warunki organizacyjne dla przeprowadzenia szkolenia:

- zajęcia praktyczne prowadzone są w podziale na 2-osobowe grupy,

-liczba stanowisk przydzielonych na jedną grupę -1, wyposażenie stanowiska: stół terapeutyczny, 2 krzesła, środki to dezynfekcji, ręczniki

-wyposażenie Sali szkoleniowej: stoły terapeutyczne, krzesła, rzutnik, flipchart.

Ilość godzin teoretycznych: 20, ilość godzin praktycznych: 30. Zaplanowane przerwy nie wliczają się w czas usługi.

Sposób walidacji: test teoretyczny w formie pre-testu oraz post-testu, debata swobodna.

ILOŚĆ GODZIN EDUKACYJNYCH 50 (1 godzina edukacyjna to 45 minut). Ilość godzin zegarowych 37,5 godziny oraz 6 godzin zegarowych, które nie są wliczone w czas szkolenia.

I dzień

08.30-09.00- 1 etap walidacji

9.00-11.00 Powitanie i wymiana doświadczeń uczestników kursu. Cele kursu rozwijającego, filozofii PNF. Wprowadzenie do pracy tułowia.

Przerwa kawowa 11.00-11.15

11.15-13.00 Irradiacja dla tułowia: wzorce kończyny górnej i kończyny dolnej, chopping

i lifting, wzorce recyprokalne łopatki i miednicy, praca miednicy w wybranych pozycjach wyjściowych, zgięcie boczne tułowia, hemiplegia i chód.

Przerwa obiadowa 13.00-13.45

13.45-15.45 Pacjenci: Uczestnicy kursu prowadzą terapię pacjenta. Demonstracja pracy z pacjentem.

Przerwa kawowa 15.45-16.00

16.00-18.15 Rozwinięcie pracy dla tułowia. Powtórzenie technik. Rytmiczne pobudzenie ruchu. Odtwarzanie. Technika torująca pracę ekscentryczną: Kombinacja skurczów izotonicznych.

II dzień

9.00-11.00 Wzorce ramienia: modyfikacje chwytów i pozycji. Wzorce Thrust. Techniki wykorzystujące główną zasadę Stretch: Stretch na początku ruchu i Stretch na przebiegu ruchu.

Przerwa kawowa 11.00-11.15

11.15-13.00 Aktywności przyłóżkowe i na macie. Obroty, praca w pozycji leżącej przodem. Przejście do siadu, siadu prostego. Mostek. Zejdz na podłogę i wstań.

Przerwa obiadowa 13.00-13.45

13.45-15.45 Praca z pacjentami i demonstracja.

Przerwa kawowa 15.45-16.00

16.00-18.15 Wzorce kończyny dolnej w siadzie i w pozycji leżenia bokiem i przodem. Modyfikacje chwytu i pozycji, wzorce bilatelarne.

III dzień

9.00-11.00 Zasady główne i techniki w pracy z bólem. Techniki kształtujące mobilność: Hold-Relax i Contract-Relax. Problematyka stawu biodrowego. Oddychanie.

Przerwa kawowa 11.00-11.15

11.15-13.00 Rozwinięcie pracy na macie: siad bocznych i siad klęczny, pełzanie, klęk prosty i klęk jednoonóż. Facilitacja różnych sposobów przesiadania się (transfery).

Przerwa obiadowa 13.00-13.45

13.45-15.45 Praca z pacjentami i demonstracja.

Przerwa kawowa 15.45-16.00

16.00-18.00 Wzorce szyi z wykorzystaniem technik. Wprowadzenie do zagadnień chodu, chód w różnych jednostkach chorobowych. Stymulacja chodu, schody. Facilitacja poszczególnych faz chodu.

IV dzień

9.00-11.00 Problemy OUN (rdzeniowe i mózgowy), facilitacja i inhibicja w oparciu o prawidłowy dobór pozycji wzorców. Pozycje, wzorce. Technika: Dynamiczna zwrotność ciała. Facilitacja chodu po schodach. PNF i tetraplegia.

Przerwa kawowa 11.00-11.15

11.15-13.00 Aktywności na macie, balans w siadzie i transfery.

Przerwa obiadowa 13.00-13.45

14.00-15.45 Praca z pacjentami i demonstracja.

Przerwa kawowa 15.45-16.00

16.00-18.00 Zajęcia praktyczne.

V dzień

9.00-11.00 Powtórka. Techniki i zmiana normalnej kolejności ruchu.

Przerwa kawowa 11.00-11.15

11.15-13.00 Funkcje vitalne: stymulacja mm mimicznych, języka, połykanie.

Przerwa obiadowa 13.00-13.45

13.45-15.00 PNF i funkcje życiowe. Praca domowa dla pacjentów. Pytania.

15.00-15.30- 2 etap walidacji

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 35

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 35 1 etap walidacji	-	02-12-2026	08:30	09:00	00:30
2 z 35 Cele kursu rozwijającego, filozofii PNF. Wprowadzenie do pracy tułowia.	Ewa Górna	02-12-2026	09:00	11:00	02:00
3 z 35 przerwa	Ewa Górna	02-12-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 35 Irradiacja dla tułowia: wzorce kończyny górnej i kończyny dolnej, chopping i lifting.	Ewa Górna	02-12-2026	11:15	13:00	01:45
5 z 35 przerwa	Ewa Górna	02-12-2026	13:00	13:45	00:45
6 z 35 Pacjenci: Uczestnicy kursu prowadzą terapię pacjenta. Demonstracja pracy z pacjentem.	Ewa Górna	02-12-2026	13:45	15:45	02:00
7 z 35 przerwa	Ewa Górna	02-12-2026	15:45	16:00	00:15
8 z 35 Rozwinięcie pracy dla tułowia. Powtórzenie technik. Rytmiczne pobudzenie ruchu. Odtwarzanie. Technika torująca pracę ekscentryczną: Kombinacja skurczów izotonicznych.	Ewa Górna	02-12-2026	16:00	18:15	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 35 Wzorce ramienia: modyfikacje chwytów i pozycji.	Ewa Górna	03-12-2026	09:00	11:00	02:00
10 z 35 przerwa	Ewa Górna	03-12-2026	11:00	11:15	00:15
11 z 35 Aktywności przyłóżkowe i na macie.	Ewa Górna	03-12-2026	11:15	13:00	01:45
12 z 35 przerwa	Ewa Górna	03-12-2026	13:00	13:45	00:45
13 z 35 Praca z pacjentami i demonstracja.	Ewa Górna	03-12-2026	13:45	15:45	02:00
14 z 35 przerwa	Ewa Górna	03-12-2026	15:45	16:00	00:15
15 z 35 Wzorce kończyny dolnej w siadzie i w pozycji leżenia bokiem i przodem. Modyfikacje chwytu i pozycji, wzorce bilatelarne.	Ewa Górna	03-12-2026	16:00	18:15	02:15
16 z 35 Zasady główne i techniki w pracy z bólem.	Ewa Górna	04-12-2026	09:00	11:00	02:00
17 z 35 przerwa	Ewa Górna	04-12-2026	11:00	11:15	00:15
18 z 35 Rozwinięcie pracy na macie: siad bocznych i siad kłęczny, pełzanie, kłęk prosty i kłęk jednonóż. Facilitacja różnych sposobów przesiadania się (transfery).	Ewa Górna	04-12-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 35 przerwa	Ewa Górna	04-12-2026	13:00	13:45	00:45
20 z 35 Praca z pacjentami i demonstracja.	Ewa Górna	04-12-2026	13:45	15:45	02:00
21 z 35 przerwa	Ewa Górna	04-12-2026	15:45	16:00	00:15
22 z 35 Wzorce szczy z wykorzystaniem technik. Wprowadzenie do zagadnień chodu.	Ewa Górna	04-12-2026	16:00	18:00	02:00
23 z 35 Problemy OUN (rdzeniowe i mózgowie), facilitacja i inhibicja w oparciu o prawidłowy dobór pozycji wzorców.	Ewa Górna	05-12-2026	09:00	11:00	02:00
24 z 35 przerwa	Ewa Górna	05-12-2026	11:00	11:15	00:15
25 z 35 Aktywności na macie, balans w siadzie i transfery.	Ewa Górna	05-12-2026	11:15	13:00	01:45
26 z 35 przerwa	Ewa Górna	05-12-2026	13:00	13:45	00:45
27 z 35 Praca z pacjentami i demonstracja.	Ewa Górna	05-12-2026	13:45	15:45	02:00
28 z 35 przerwa	Ewa Górna	05-12-2026	15:45	16:00	00:15
29 z 35 Zajęcia praktyczne.	Ewa Górna	05-12-2026	16:00	18:00	02:00
30 z 35 Powtórka. Techniki i zmiana normalnej kolejności ruchu.	Ewa Górna	06-12-2026	09:00	11:00	02:00
31 z 35 przerwa	Ewa Górna	06-12-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 35 Funkcje witalne: stymulacja mm mimicznych, języka, połykanie.	Ewa Górna	06-12-2026	11:15	13:00	01:45
33 z 35 przerwa	Ewa Górna	06-12-2026	13:00	13:45	00:45
34 z 35 PNF i funkcje życiowe. Praca domowa dla pacjentów. Pytania.	Ewa Górna	06-12-2026	13:45	15:00	01:15
35 z 35 walidacja	-	06-12-2026	15:00	15:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 700,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	54,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	54,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Ewa Górna

fizjoterapia

Posiada ponad 20 letnie doświadczenie w pracy z pacjentami pediatrycznymi, ortopedycznymi i neurologicznymi. Członek Polskiego Towarzystwa Fizjoterapii oraz IPNFA (International PNF Assotiation)

Magister rehabilitacji ruchowej, specjalista w dziedzinie fizjoterapii. Absolwentka Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie i Wyższej Szkoły Pedagogiki Specjalnej (oligofrenopedagog). Od 2005 roku jest międzynarodowym instruktorem koncepcji PNF a od 2014 r. IPNFA-Advanced

Instructor. Certyfikowany terapeuta terapii Cranio-Sacralnej (CST) Instytutu Upledgera (Niemcy). Swoją wiedzę zdobyła na licznych szkoleniach i konferencjach. Jest autorką wielu prac naukowych, opracowań i artykułów o tematyce terapeutycznej. Uhonorowana nagrodą Ministra Zdrowia dla specjalistów, którzy z najlepszym wynikiem złożyli Państwowy Egzamin Specjalizacyjny w dziedzinach mających zastosowanie w ochronie zdrowia (2013).
Od 2014 r. jako IPNFA-Advanced Instructor prowadzi szkolenia PNF na poziomie rozwijającym. 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

Uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe w formie skryptu.

Warunki uczestnictwa

Ukończony kurs PNF podstawowy.

Informacje dodatkowe

W celu zapisania się na szkolenie prosimy o wypełnienie formularz zgłoszeniowego na stronie www.rehamax.com.pl oraz akceptację regulaminu kursu.

Adres

ul. Hetmańska 40 a
35-045 Rzeszów
woj. podkarpackie

Sala szkoleniowa składająca się z dwóch części: sali na zajęcia teoretyczne oraz sali na zajęcia praktyczne. Sala w pełni wyposażona w sprzęt potrzebny do szkolenia: projektor, stoły rehabilitacyjne, materace do ćwiczeń, piłki terapeutyczne. Sprzęt pomocniczy. W budynku znajduje się zaplecze socjalne dla uczestników, toalety i szatnia.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Monika Korfanty

E-mail biuro@rehamax.com.pl

Telefon (+48) 512 220 494