



## Kurs Najczęstsze dysfunkcje kończyny górnej: diagnostyka funkcjonalna i leczenie zachowawcze

Numer usługi 2026/02/10/55596/3321662

1 790,00 PLN brutto  
1 790,00 PLN netto  
77,83 PLN brutto/h  
77,83 PLN netto/h  
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

9 864 oceny

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 23:00 h

📅 04.07.2026 do 05.07.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- lekarzy,
- studentów fizjoterapii od III roku,
- techników masażystów,
- 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.

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 kursie zapraszamy** również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR. Usługa jest dostępna dla osób spełniających wymagania kwalifikacyjne, niezależnie od tego, z którego projektu lub u którego operatora korzystają ze wsparcia.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

03-07-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

23

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie wyposażony w praktyczne, oparte na EBM kompetencje diagnozowania i prowadzenia leczenia fizjoterapeutycznego najczęstszych dysfunkcji kończyny górnej (bark, łokieć, nadgarstek/ręka), z wykorzystaniem ustrukturyzowanego badania funkcjonalnego oraz interwencji zachowawczych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie charakteryzuje anatomię i biomechanikę kliniczną barku, łokcia, przedramienia, nadgarstka i ręki w kontekście diagnostyki funkcjonalnej.	Uczestnik określa etapy gojenia tkanek oraz zasady doboru i progresji obciążeń w leczeniu zachowawczym.	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje zasady diagnostyki funkcjonalnej kończyny górnej w oparciu o algorytmy kliniczne (wywiad → badanie → interpretacja → decyzje)	Test teoretyczny
	Uczestnik określa mechanizmy powstawania oraz obraz kliniczny najczęstszych dysfunkcji kończyny górnej, w tym m.in. tendinopatii stożka rotatorów, RCRSP, „zamrożonego barku”, dysfunkcji stawu barkowo- obojczykowego, zaburzeń obróbka i niestabilności barku, zespołów przeciążeniowych łokcia, uszkodzeń dystalnego bicepsa oraz neuropatii uciskowych.	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje podstawy Evidence-Based Practice (EBP) oraz ich znaczenie w podejmowaniu i dokumentowaniu decyzji klinicznych	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie diagnozuje i prowadzi leczenie fizjoterapeutyczne najczęstszych dysfunkcji kończyny górnej (bark, łokieć, nadgarstek/ręka), z wykorzystaniem ustrukturyzowanego badania funkcjonalnego oraz interwencji zachowawczych	Uczestnik przeprowadza kompleksowe badanie kliniczne kończyny górnej obejmujące wywiad, obserwację, palpację oraz testy funkcjonalne	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik dobiera i interpretuje testy kliniczne adekwatnie do postawionej hipotezy diagnostycznej.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stosuje różnicowanie najczęstszych dysfunkcji w obrębie barku, łokcia/przedramienia oraz nadgarstka/ręki w oparciu o aktualną wiedzę naukową (EBP).	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik planuje postępowanie zachowawcze, w tym dobór ćwiczeń, progresję obciążeń oraz elementy autoterapii zgodnie z fazą gojenia i celem funkcjonalnym pacjenta  Uczestnik tworzy logiczne i czytelne uzasadnienie decyzji klinicznych w dokumentacji terapeutycznej w oparciu o EBP.	Analiza dowodów i deklaracji  Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania	Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjenta	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik komunikuje się z pacjentem w sposób zrozumiały, uzasadniając proces diagnostyczny i plan terapii	Analiza dowodów i deklaracji

## 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?

# 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 wyposażony w praktyczne, oparte na EBM kompetencje diagnozowania i prowadzenia leczenia fizjoterapeutycznego najczęstszych dysfunkcji kończyny górnej (bark, łokieć, nadgarstek/ręka), z wykorzystaniem ustrukturyzowanego badania funkcjonalnego oraz interwencji zachowawczych.

**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: 23 godziny dydaktyczne**

## PROGRAM KURSU :

### Dzień I

1. Podstawy Evidence-Based Practice (EBP) w decyzjach klinicznych
2. Proces gojenia tkanek i dobór obciążenia w terapii zachowawczej
3. Anatomia i biomechanika kliniczna stawu ramiennie-łopatkowego
4. Badanie barku algorytmem klinicznym + palpacja kluczowych struktur
5. Staw barkowo-obojczykowy: różnicowanie i postępowanie zachowawcze
6. Podstawy programowania kinezyterapii
7. Aktualne spojrzenie na terapię manualną w świetle badań naukowych
8. Tendinopatie stożka rotatorów: testy i plan postępowania
9. Dyskineza łopatki: ocena i prowadzenie
10. „Zamrożony bark”: rozpoznanie i postępowanie zachowawcze
11. Obrąbek/niestabilność: badanie, czerwone flagi, kiedy kierować dalej
12. Anatomia i biomechanika stawu łokciowego

### Dzień II

1. Badanie łokcia i przedramienia + anatomia palpacyjna
2. Zespół łokcia tenisisty (Lateral Elbow Disorders): różnicowanie i postępowanie
3. Zespół łokcia golfisty (Medial Elbow Disorders): różnicowanie i postępowanie
4. Uszkodzenie przyczepu dystalnego bicepsa: testy i decyzje kliniczne
5. Neuropatie uciskowe w obrębie łokcia i przedramienia (nerw promieniowy, pośrodkowy, łokciowy)-badanie i strategię postępowania
6. Anatomia i biomechanika kompleksu stawów nadgarstka
7. Badanie nadgarstka i ręki + anatomia palpacyjna
8. Zespół Quervain: diagnostyka i postępowanie zachowawcze + autoterapia
9. Zespół cieśni nadgarstka + kanał Guyona: różnicowanie, testy, postępowanie zachowawcze
10. Pytania i dyskusja
11. Walidacja – test teoretyczny, analiza dowodów i deklaracji

Walidację przeprowadza walidator w czasie przeznaczonym na walidację bez udziału uczestników. Minimalny próg zaliczenia z obu metod walidacji to 80%.

Test teoretyczny:

Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze.

Analiza dowodów i deklaracji:

Trener w trakcie zajęć dokonuje na różnych etapach nagrań i zdjęć wykonywania przez poszczególnych uczestników zadań praktycznych, które następnie zostaną udostępnione walidatorowi. W uzasadnionych przypadkach utrwalenia będzie dokonywał pracownik/współpracownik wyznaczony i upoważniony Organizatora. 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.

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 - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.

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

**Szkolenie obejmuje diagnostykę funkcjonalną i postępowanie zachowawcze w najczęstszych problemach kończyny górnej - od kompleksu ramiennie-łopatkowego, przez łokieć i przedramię, po nadgarstek i rękę. Treści są uporządkowane klinicznie: od badania i interpretacji testów, przez różnicowanie, po plan terapii oraz zasady progresji i autoterapii w oparciu o Evidence-Based Practice.**

Kurs prowadzi **dr n. o zdr. Kamil Zaworski**- klinicysta i wykładowca akademicki.

Po ukończeniu szkolenia uczestnik/uczestniczka:

- Prawidłowo przeprowadza badanie kliniczne obręczy barkowej, łokcia, nadgarstka i ręki (wywiad, obserwacja, testy funkcjonalne, palpacja).
- Rozpoznaje obraz kliniczny i różnicuje: RCRSP/tendinopatie stożka rotatorów, „zamrożony bark”, uszkodzenia obrąbka, niestabilność barku, ACJ, lateral/medial elbow disorders, uszkodzenia przyczepów (m.in. dystalny biceps, FCU), de Quervain, cieśń nadgarstka, kanał Guyona.
- Dobiera i wdraża leczenie fizjoterapeutyczne (kinezyterapia i elementy terapii manualnej) dla ww. jednostek w oparciu o aktualne dowody naukowe.
- Planuje progresję terapii i autoterapii zgodnie z fazą gojenia tkanek oraz celami funkcjonalnymi pacjenta.
- Dokumentuje i uzasadnia decyzje kliniczne w zgodzie z zasadami Evidence-Based Practice.

Kurs trwa 23 godz. dydaktyczne, co stanowi 17 godz. 15 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2h. 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 h, oraz zajęcia praktyczne 17 h dyd.

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Obowiązek uczestnictwa w minimum 80% zajęć.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęcia	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 30</b> Podstawy Evidence-Based Practice (EBP) w decyzjach klinicznych, teoria 15 min	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	08:30	09:15	00:45
<b>2 z 30</b> Proces gojenia tkanek i dobór obciążenia w terapii zachowawczej (CT), teoria	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	09:15	09:45	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 30</b> Anatomia i biomechanika kliniczna stawu ramienno-łopatkowego (CT), teoria	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	09:45	10:15	00:30
<b>4 z 30</b> Przerwa	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	10:15	10:30	00:15
<b>5 z 30</b> Badanie barku algorytmem klinicznym + palpacja kluczowych struktur (CT/CP), teoria 45 min	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	10:30	11:45	01:15
<b>6 z 30</b> Staw barkowo-obojęczykowy: różnicowanie i leczenie zachowawcze (CT/CP)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	11:45	12:30	00:45
<b>7 z 30</b> Przerwa	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	12:30	13:00	00:30
<b>8 z 30</b> Podstawy programowania kinezyterapii	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	13:00	13:30	00:30
<b>9 z 30</b> Aktualne spojrzenie na terapię manualną w świetle badań naukowych	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	13:30	14:00	00:30
<b>10 z 30</b> Tendinopatie stożka rotatorów: testy i plan postępowania (CT/CP), teoria 45 min	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	14:00	15:30	01:30
<b>11 z 30</b> Przerwa	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	15:30	15:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>12 z 30</b> Dyskineza łopatk: ocena i decyzje kliniczne (CT/CP)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	15:45	16:15	00:30
<b>13 z 30</b> "Zamrożony bark": rozpoznanie i postępowanie zachowawcze (CT/CP), teoria 30 min	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	16:15	17:30	01:15
<b>14 z 30</b> Obrąbek/niestabiłość: badanie, czerwone flagi, kiedy kierować dalej (CT/CP)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	17:30	18:15	00:45
<b>15 z 30</b> Anatomia i biomechanika stawu łokciowego (CT)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	04-07-2026	18:15	18:30	00:15
<b>16 z 30</b> Badanie łokcia i przedramienia + anatomia palpacyjna	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	08:00	09:00	01:00
<b>17 z 30</b> Przerwa	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	09:00	09:15	00:15
<b>18 z 30</b> Zespół łokcia tenisisty (Lateral Elbow Disorders): różnicowanie i postępowanie, teoria 45 min	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	09:15	10:45	01:30
<b>19 z 30</b> Zespół łokcia golfisty (Medial Elbow Disorders): różnicowanie i postępowanie	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	10:45	11:15	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>20 z 30</b> Uszkodzenie przyczepu dystalnego bicepsa: testy, decyzje kliniczne (CT/CP)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	11:15	11:45	00:30
<b>21 z 30</b> Neuropatie uciskowe w obrębie łokcia i przedramienia (nerw promieniowy, pośrodkowy, łokciowy)- badanie i strategię postępowania , teoria 30 min	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	11:45	12:45	01:00
<b>22 z 30</b> Przerwa	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	12:45	13:15	00:30
<b>23 z 30</b> Anatomia i biomechanika kompleksu stawów nadgarstka	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	13:15	13:30	00:15
<b>24 z 30</b> Badanie nadgarstka i ręki + anatomia palpacyjna (CT/CP)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	13:30	14:30	01:00
<b>25 z 30</b> Przerwa	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	14:30	14:45	00:15
<b>26 z 30</b> Zespół Quervain: diagnostyka i leczenie zachowawcze + autoterapia (CT/CP)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	14:45	15:15	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
27 z 30 Zespół cieśni nadgarstka + kanał Guyona: badanie, różnicowanie, testy, postępowanie zachowawcze(CT /CP)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	15:15	16:00	00:45
28 z 30 Pytania i dyskusja (CT)	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	16:00	16:15	00:15
29 z 30 Walidacja - przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	dr n. o zdr. Kamil Zaworski	05-07-2026	16:15	16:30	00:15
30 z 30 Walidacja - weryfikacja testów teoretycznych oraz analiza dowodów i deklaracji	-	05-07-2026	16:30	17:15	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 790,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 790,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	77,83 PLN
Koszt osobogodziny netto	77,83 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## dr n. o zdr. Kamil Zaworski

Adiunkt naukowo-dydaktyczny w Zakładzie Fizjoterapii Akademii Białskiej. Łączy pracę naukową z intensywną praktyką kliniczną. Prowadzi gabinet Fizjoperfekt, gdzie pracuje głównie z pacjentami z problemami ortopedycznymi oraz bólem przewlekłym. Ukończył fizjoterapię na Uniwersytecie Medycznym w Lublinie. Stopień doktora nauk o zdrowiu uzyskał w 2017 r. na Uniwersytecie Medycznym w Lublinie, prowadząc badania nad skutecznością terapii manualnej i metody PNF w porównaniu z kinezyterapią tradycyjną w leczeniu objawowej dyskopatii lędźwiowej. Jest autorem publikacji naukowych, prowadzi wykłady oraz warsztaty konferencyjne. Trzykrotnie otrzymał Nagrodę Rektora Akademii Białskiej im. Jana Pawła II. W pracy klinicznej i szkoleniowej stawia na praktyczne podejście oparte na dowodach (Evidence-Based Medicine/Practice). Specjalizuje się w f. ortopedycznej oraz diagnostyce funkcjonalnej, ze szczeg. uwzględnieniem k. górnej. W szkoleniach łączy precyzyjne badanie kliniczne z doбором terapii manualnej oraz planowaniem treningu medycznego i progresji obciążeń. Kładzie nacisk na logiczne algorytmy postępowania: od wywiadu, przez różnicowanie i interpretację testów, po decyzje kliniczne, edukację pacjenta i autoterapię. Trener zrealizował 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 ODNOVA.
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. Josepha Conrada 29A

31-357 Kraków

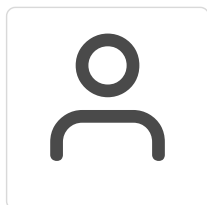
woj. małopolskie

Conrad Comfort Aparthotel & Centrum Konferencyjne

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

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

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** [szkolenia@odnova.org.pl](mailto:szkolenia@odnova.org.pl)

**Telefon** (+48) 694 225 457