Możliwość dofinansowania

ODNOVA szkolenia

ODNOVA Sp. z o.o.

4,7 / 5

9 818 ocen

Kurs Zoga Movement® w systemie edukacji - wspieranie prawidłowej postawy i rozwoju u dzieci i młodzieży

Numer usługi 2026/02/18/55596/3345362

3 000,00 PLN brutto
3 000,00 PLN netto
100,00 PLN brutto/h
100,00 PLN netto/h
162,08 PLN cena rynkowa

Bydgoszcz
Usługa szkoleniowa
stacjonarna
30:00 h
29.06.2026 do 01.07.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Kurs przeznaczony dla: • nauczycieli wychowania fizycznego (WF), • pedagogów, • edukatorów prozdrowotnych, • instruktorów zajęć ruchowych, którzy pracują z dziećmi i młodzieżą • fizjoterapeutów, • studentów wymienionych kierunków od III roku, • 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 oraz innych Projektów 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 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	24
Data zakończenia rekrutacji	28-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna

Liczba godzin usługi	30
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnego i bezpiecznego prowadzenia zajęć ZogaMovement® w szkołach z uwzględnieniem profilaktyki wad postawy i dobrostanu uczniów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje najczęstsze wady postawy u dzieci i młodzieży (m.in. plecy okrągłe, przodopochylenie miednicy, koślawość kolan) oraz ich funkcjonalne konsekwencje	Uczestnik określa zasady standaryzowanej oceny posturalnej dzieci i młodzieży (linie odniesienia, red flags, podstawowa dokumentacja szkolna).	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje dwie mechaniki ruchu w ujęciu Zoga oraz opisuje typowe kompensacje ruchowe występujące u uczniów.	Test teoretyczny
	Uczestnik określa rolę powięzi i jej związek z najczęstszymi wzorcami posturalnymi w wieku szkolnym.	Test teoretyczny
	Uczestnik rozróżnia działania profilaktyczno-edukacyjne od rehabilitacji klinicznej, wskazując granice kompetencji nauczyciela/instruktora.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik prowadzi lekcje Zoga Movement®	Uczestnik przeprowadza krótką, standaryzowaną ocenę posturalną w warunkach szkolnych z użyciem check-listy i arkusza obserwacji	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik rozpoznaje dominującą mechanikę ruchu oraz typowe kompensacje na podstawie obserwacji funkcjonalnej.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik planuje roczny program pracy z elementami Zoga w szkole, uwzględniając wiek uczniów i warunki organizacyjne.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik opracowuje scenariusz lekcji 30- i 45-minutowej zgodnie z zasadą: cel–treść–metoda–ewaluacja.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik dobiera i modyfikuje (progresja/regresja) sekwencje ćwiczeń Zoga do najczęstszych problemów posturalnych uczniów.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik monitoruje obciążenie oraz dostosowuje intensywność ćwiczeń do możliwości grupy.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik pracuje odpowiedzialnie i etycznie, respektując granice własnych kompetencji zawodowych.	Uczestnik współpracuje z kadrą szkoły przy wdrażaniu programu ruchowego.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik podejmuje działania profilaktyczne wspierające dobrostan uczniów i promujące postawę prozdrowotną.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik komunikuje się w sposób jasny i wspierający z uczniem oraz rodzicem.	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 literatura naukową.

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnego i bezpiecznego prowadzenia zajęć ZogaMovement® w szkołach z uwzględnieniem profilaktyki wad postawy i dobrostanu uczniów.

Program realizowany z użyciem metod : mini wykłady i prezentacje; ćwiczenia indywidualne; dyskusje, case study, zadania.

Czas: 30 godzin dydaktycznych.

PROGRAM KURSU :

Dzień I

Ocena posturalna i mechaniki ruchu

1. Cele szkolenia, organizacja, BHP pracy z grupą

2. Podstawy oceny posturalnej u dzieci i młodzieży: linie odniesienia, red flags

3. Obserwacja ruchu: dwie mechaniki ruchu w ujęciu Zoga - wzorce funkcjonalne, kompensacje

4. Praktyka: prowadzenie obserwacji i szybkie testy funkcjonalne - check-lista dla nauczyciela WF.

5. Anatomia funkcjonalna postawy: kręgosłup, obręcz barkowa/miedniczna, powięź a wzorce

6. Sesja Zoga Movement – doświadczalna, integracja dnia

Dzień II

Interwencje ruchowe i bezpieczeństwo

1. Metodyka korekcjii „wymuszania” terapeutycznych kierunków ruchu – zasady progresji i regresji

2. Praktyka: sekwencje Zoga na typowe wady postawy (plecy okrągłe, koślawość kolan, przodo pochylenie miednicy)

3. Bezpieczeństwo i przeciwwskazania w pracy z klasą – różnicowanie z WF/rehabilitacją, adaptacje

4. Praktyka: prowadzenie 30-i 45-min lekcji Zoga – role-play, praca w podgrupach

5. Praktyka: cue’y werbalne i dotykowe, feedback ucznia + analiza przypadków i typowe błędy

Dzień III

Planowanie zajęć, ewaluacja i wdrożenie

1. Plan roczny i jednostki lekcyjne – cele operacyjne, SPĘ (cel–treść–metoda–ewaluacja)

2. Praktyka: projektowanie scenariuszy lekcji Zoga – grupy wiekowe, sprzęt, przestrzeń

3. Ocena postępów i dokumentacja – rubryki, kwestionariusze, komunikacja z rodzicem + ćwiczenia na arkuszach

4. Praktyka: lekcja pokazowa (micro-teaching) z informacją zwrotną

5.Q&A

6.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 stosowna 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 w części teoretycznej

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

Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiejkolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze. Organizator szkolenia odpowiada za przekazywanie testów wiedzy walidatorowi.

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.

Praktyczne szkolenie, które odpowiada na realne potrzeby współczesnej szkoły: narastające wady postawy, siedzący tryb życia uczniów oraz potrzebę systemowej edukacji ruchowej opartej na bezpieczeństwie, świadomej pracy z ciałem i dobrostanie uczniów.

Kursprzygotowuje do bezpiecznego prowadzenia zajęć Zoga Movement®– od oceny postawy i obserwacji ruchu, po gotowe scenariusze zajęć oraz narzędzia ewaluacji i monitorowania postępów.

Szkolenie odpowiada na realne potrzeby współczesnej szkoły i środowisk pracy z dziećmi: narastające zaburzenia posturalne, siedzący tryb życia oraz potrzebę systemowej edukacji ruchowej opartej na bezpieczeństwie, świadomej pracy z ciałem i dobrostanie.

Łączy aktualną wiedzę z zakresu:

*mechaniki ruchu

*roli struktur ciała i wzorców ruchowych

*profilaktyki wad postawy u dzieci i młodzieży

*zasad bezpieczeństwa pracy z grupą szkolną (BHP i przeciwwskazania), z gotowymi narzędziami wdrożeniowymi dla nauczyciela

Uczestnik otrzymuje konkretny system pracy możliwy do wdrożenia od pierwszych zajęć.

Liczba godzin kursu: 30 h dyd., co stanowi 22h 30 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 4h 30 min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Przerwy w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje zajęcia teoretyczne – 12 godzin dydaktycznych, oraz zajęcia praktyczne – 18 godzin dydaktycznych.

Weryfikacja obecności odbywa się na podstawie listy obecności podpisanej podczas szkolenia. Wymagana obecność minimum 80%.

Zachęca się uczestników do zapoznania się przed kursem z ogólnodostępną literaturą w podanej tematyce oraz dostępnych kursów np. na stronie PARP.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 22

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 22 Otwarcie i cele szkolenia - organizacja, BHP pracy z grupą, Podstawy oceny posturalnej u dzieci i młodzieży - linie odniesienia, red flags, dokumentacja, teoria 90 min	dr n. med. Grzegorz Srokowski	29-06-2026	09:00	10:45	01:45
2 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	29-06-2026	10:45	11:00	00:15
3 z 22 Obserwacja ruchu: dwie mechaniki ruchu w ujęciu Zoga - wzorce funkcjonalne, kompensacje, teoria 45 min	dr n. med. Grzegorz Srokowski	29-06-2026	11:00	12:30	01:30
4 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	29-06-2026	12:30	13:30	01:00
5 z 22 | Praktyka: prowadzenie obserwacji i szybkie testy funkcjonalne - check-lista dla nauczyciela WF	dr n. med. Grzegorz Srokowski	29-06-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	29-06-2026	15:00	15:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 22 Anatomia funkcjonalna postawy - kręgosłup, obręcz barkowa/miednic zna, powięź a wzorce szkolne; Sesja Zoga Movement – doświadczalna — integracja dnia , teoria 90 min	dr n. med. Grzegorz Srokowski	29-06-2026	15:15	18:00	02:45
8 z 22 Metodyka korekcji i „wymuszania" terapeutycznych kierunków ruchu - zasady progresji i regresji , teoria 90 min	dr n. med. Grzegorz Srokowski	30-06-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	30-06-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 22 Praktyka: sekwencje Zoga na typowe wady postawy - plecy okrągłe, koślawość kolan, przodopochyleni e miednicy	dr n. med. Grzegorz Srokowski	30-06-2026	10:45	12:15	01:30
11 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	30-06-2026	12:15	13:15	01:00
12 z 22 Bezpieczeństwo i przeciwwskazani a w pracy z klasą - różnicowanie z WF/rehabilitacją, adaptacje, teoria 90 min	dr n. med. Grzegorz Srokowski	30-06-2026	13:15	14:45	01:30
13 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	30-06-2026	14:45	15:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 22 Praktyka: prowadzenie 30- i 45-min lekcji Zoga - role-play, praca w podgrupach; Praktyka: cues werbalne i dotykowe, feedback ucznia	dr n. med. Grzegorz Srokowski	30-06-2026	15:00	18:00	03:00
15 z 22 Plan roczny i jednostki lekcyjne - cele operacyjne, SPĘ (cel-treść-metoda-ewaluacja), teoria 90 min	dr n. med. Grzegorz Srokowski	01-07-2026	09:00	10:30	01:30
16 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	01-07-2026	10:30	10:45	00:15
17 z 22 Praktyka: projektowanie scenariuszy lekcji Zoga - grupy wiekowe, sprzęt, przestrzeń	dr n. med. Grzegorz Srokowski	01-07-2026	10:45	12:15	01:30
18 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	01-07-2026	12:15	13:15	01:00
19 z 22 Ocena postępów i dokumentacja - rubryki, kwestionariusze, komunikacja z rodzicem, teoria 45 min	dr n. med. Grzegorz Srokowski	01-07-2026	13:15	14:45	01:30
20 z 22 Przerwa	dr n. med. Grzegorz Srokowski	01-07-2026	14:45	15:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 22 Praktyka: lekcja pokazowa (micro-teaching) z informacją zwrotną; Q&A + podsumowanie - standardy wdrożenia w szkole	dr n. med. Grzegorz Srokowski	01-07-2026	15:00	17:45	02:45
22 z 22 Walidacja	-	01-07-2026	17:45	18:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1

dr n. med. Grzegorz Srokowski

Specjalista w Dziedzinie Fizjoterapii, Certyfikowany Instruktor Zoga Multidimensional Movement. Jest absolwentem poznańskiej AWF kier. Rehabilitacja Ruchowa. Od 2000 roku pracuje w Collegium Medicum w Bydgoszczy Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu - Katedra Fizjoterapii. Doświadczenie zawodowe i specjalistyczne zdobywał w Katedrze i Klinice Rehabilitacji i Katedrze i Klinice Ortopedii i Traumatologii Narządu Ruchu Szpitala Uniwersyteckiego nr 1 w Bydgoszczy oraz praktyce prywatnej. W pracy dydaktycznej i praktyce klinicznej specjalizuje się w terapii funkcjonalnej i strukturalnej. Nie zgadza się na szablonowe podejście do wykonywanej profesji. Zdobytą wiedzę i nabyte umiejętności wykorzystuje w indywidualnej pracy z pacjentem, którego angażuje do realizacji wspólnych celów. 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

MATERIAŁY DLA UCZESTNIKA (pakiet)

*Autorski skrypt ze zdjęciami i opisami technik.

*Certyfikat PL/EN podpisany przez instruktorów.

*Zaświadczenie z celami, efektami kształcenia i programem.

*Dostęp do nagrań przykładowych sesji.

*Gotowe narzędzia wdrożeniowe: check-listy oceny postawy, arkusze obserwacji (oceny posturalnej), rubryki oceny, kwestionariusze ewaluacyjne, schemat raportowania wyników rodzicom i kadrze szkoły (plan 12-tygodniowy (cykl 12 spotkań)

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. Grudziądzka 3
85-130 Bydgoszcz
woj. kujawsko-pomorskie

Odnova

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

Kontakt

Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457