



Medyczne Szkolenia
Podyplomowe Pakt
Joanna Cybulska

★★★★★ 4,8 / 5

672 oceny

Taśmy mięśniowo-powięziowe z technikami normalizacji mięśniowo-powięziowej (Szkolenie może być dofinansowane w ramach projektu Małopolski pociąg do kariery)

Numer usługi 2026/02/19/11086/3347835

📍 Katowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 40:00 h

📅 17.10.2026 do 15.11.2026

3 850,00 PLN brutto

3 850,00 PLN netto

96,25 PLN brutto/h

96,25 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

| | |
|--|---|
| Kategoria | Zdrowie i medycyna / Medycyna |
| Grupa docelowa usługi | Pracownicy służby zdrowia (lekarze, pielęgniarki, fizjoterapeuci, masażyści). Usługa również adresowana dla Uczestników projektu Małopolski pociąg do kariery - sezon 1. |
| Minimalna liczba uczestników | 10 |
| Maksymalna liczba uczestników | 20 |
| Data zakończenia rekrutacji | 16-10-2026 |
| Forma prowadzenia usługi | stacjonarna |
| Liczba godzin usługi | 40 |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Certyfikat ISO 21001: 2018 Organizacje edukacyjne – „Systemy zarządzania dla organizacji edukacyjnych – wymagania ze wskazówkami dotyczącymi użytkowania” |

Cel

Cel edukacyjny

Usługa Taśmy mięśniowo-powięziowe z technikami normalizacji mięśniowo-powięziowej przygotowuje do samodzielnego wykonywania technik normalizacji mięśniowo-powięziowej, mających zastosowanie w zakresie

diagnostyki, rozpoznania i leczenia dysfunkcji układu ruchu.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|--|--|------------------|
| Uczestnik szkolenia wykazuje się wiedzą w zakresie diagnostyki i rehabilitacji u pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu z zastosowaniem manualnych technik normalizacji mięśniowo-powięziowej. | Potrafi definiować dysbalans mięśniowy i destabilizację narządu ruchu | Test teoretyczny |
| | Potrafi charakteryzować stabilizację i niestabilność ciała człowieka | Test teoretyczny |
| | Potrafi wyjaśniać ryglowanie strukturalne i siłowe ciała | Test teoretyczny |
| | Potrafi opisywać tensergrację i zjawisko integracji strukturalnej | Test teoretyczny |
| | Potrafi definiować taśmę powierzchowną przednią | Test teoretyczny |
| | Potrafi charakteryzować mięśnie wchodzące w skład taśmy bocznej | Test teoretyczny |
| | Potrafi opisywać taśmę spiralną | Test teoretyczny |
| | Potrafi rozróżniać taśmę głęboką | Test teoretyczny |
| | Uczestnik szkolenia potrafi scharakteryzować taśmę funkcjonalną ipsilateralną | Test teoretyczny |
| | Potrafi zdefiniować taśmę funkcjonalną przednią i tylną | Test teoretyczny |
| | Potrafi wymienić najczęstsze dysfunkcje mięśniowo-powięziowe wywołane zaburzeniami napięcia układów mięśniowo-powięziowych | Test teoretyczny |

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|---|--|-------------------------|
| <p>Uczestnik szkolenia przeprowadza diagnostykę i rehabilitację u pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu z zastosowaniem manualnych technik normalizacji mięśniowo-powięziowej.</p> | <p>Potrafi rozróżniać taśmy i układy mięśniowo-powięziowe człowieka</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi analizować taśmy mięśniowe i najczęstsze patologie dysfunkcji narządu ruchu wpływające na taśmy mięśniowo-powięziowe</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi przeprowadzać techniki masażu głębokiego, techniki normalizacji nerwowo-mięśniowej, techniki neuromobilizacji</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi wykonywać techniki normalizujące napięcie struktur mięśniowo – powięziowych</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi wykonywać techniki anatomii palpacyjnej i topograficzna narządu ruchu, strefa kręgosłupa i miednicy, obręczy barkowej</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi wykonywać techniki praktyczne na taśmie mięśniowo-powięziowej tylnej ciała człowieka</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi wykonywać techniki normalizacji mięśniowo-powięziowej w zakresie taśmy powierzchownej przedniej</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi wykonywać techniki normalizacji mięśniowo-powięziowej w zakresie mięśni wchodzących w skład taśmy bocznej</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi wykonywać techniki normalizacji mięśniowo-powięziowej w zakresie taśmy spiralnej</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| | <p>Potrafi wykonywać techniki normalizacji mięśniowo-powięziowej w zakresie taśmy głębokiej</p> | <p>Test teoretyczny</p> |
| <p>Potrafi przeprowadzić badanie taśm mięśniowo-powięziowych</p> | <p>Test teoretyczny</p> | |
| <p>Potrafi przeprowadzić analizę taśm mięśniowo-powięziowych</p> | <p>Test teoretyczny</p> | |

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|--|---|------------------|
| | Potrafi przeprowadzić normalizację napięcia układów mięśniowo-powięziowych po uprzednim badaniu ciała | Test teoretyczny |
| Uczestnik szkolenia stosuje kompetencje społeczne w pracy z pacjentem, uwzględniając jego potrzeby fizyczne i emocjonalne. | Uczestnik szkolenia: Potrafi komunikować się z pacjentem w sposób empatyczny i zrozumiały. | Test teoretyczny |
| | Potrafi uwzględnić indywidualne potrzeby pacjenta w procesie diagnozy i terapii. | Test teoretyczny |
| | Potrafi współpracować z pacjentem i zespołem terapeutycznym w oparciu o zasady etyki zawodowej. | Test teoretyczny |

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

Szkolenie adresowane do: Pracowników służby zdrowia (lekarze, pielęgniarki, fizjoterapeuci, masażyści).

Warunki organizacyjne:

Sposób kształcenia: kształcenie ustawiczne; podyplomowe; tryb dzienny; weekendowy.

Rodzaj zajęć praktycznych: zajęcia praktyczne pod nadzorem instruktora – szczegółowe pokazanie sposobu przeprowadzania diagnostyki i technik rehabilitacji z zastosowaniem technik normalizacji mięśniowo-powięziowej, ćwiczenia w mikrogrupach 2-osobowych; środki dydaktyczne: stoliki, krzesła, kozetki medyczne; fantom, modele anatomiczne; środki higieniczne; obowiązuje strój sportowy.

Rodzaj zajęć teoretycznych: wykłady; panel dyskusyjny; pytania otwarte; środki dydaktyczne: stoliki, krzesła, skrypt; materiały piśmiennicze; fantom; plansze, modele anatomiczne; rzutnik multimedialny; laptop

Sposób organizacji walidacji: rozdanie testu teoretycznego uczestnikom oraz przekazanie informacji, że czas wypełnienia to 20 minut. Następnie po 20 minutach zebranie testu, sprawdzenie i przekazanie informacji o wyniku.

Kurs realizowany łącznie podczas 40 godzin dydaktycznych po 45 min. (30 godzin zegarowych po 60 min).

Zajęcia praktyczne: 32 godzin dydaktycznych po 45 min (24 godzin zegarowych po 60 min) .

Zajęcia teoretyczne: 8 godzin dydaktycznych po 45 min (6 godzin zegarowych po 60 min) .

Przerwy wliczają się w czas trwania usługi.

Program kursu:

I DZIEŃ

Pojęcie dysbalansu mięśniowego i destabilizacji narządu ruchu

Stabilizacja i niestabilność ciał człowieka

Ryglowanie strukturalne i siłowe ciała

Tensergracja i zjawisko integracji strukturalnej

Taśmy i układy mięśniowo-powięziowe człowieka:. Analiza taśm mięśniowych i najczęstszych patologii dysfunkcji narządu ruchu wpływających na taśm mięśniowo-powięziowych

Wprowadzenie w zagadnienie technik normalizujących napięcie struktur mięśniowo – powięziowych

Techniki masażu głębokiego, techniki normalizacji nerwowo-mięśniowej, techniki neuromobilizacji

Ćwiczenia praktyczne anatomii palpacyjnej i topograficzna narządu ruchu, strefa kręgosłupa i miednicy

Ćwiczenia praktyczne anatomii palpacyjnej i topograficzna narządu ruchu, strefa kręgosłupa szyjnego i obręczy barkowej

II DZIEŃ

Ćwiczenia praktyczne na taśmie mięśniowo-powięziowej tylnej ciała człowieka

Ćwiczenia praktyczne na taśmie powierzchniowej przedniej

Ćwiczenia praktyczne na mięśniach wchodzących w skład taśmy bocznej

Ćwiczenia praktyczne - taśma spiralna

Ćwiczenia praktyczne - taśma głęboka

Ćwiczenia praktyczne - Taśma funkcjonalna ipsilateralna

III DZIEŃ

Ćwiczenia praktyczne - taśmy funkcjonalne przednia i tylna

Ćwiczenia praktyczne – taśmy spiralna, głęboka, ipsilateralna, przednia i tylna

IV DZIEŃ

Badanie i analiza taśm mięśniowo-powięziowych

Najczęstsze dysfunkcje mięśniowo-powięziowe wywołane zaburzeniami napięcia układów mięśniowo-powięziowych

Ćwiczenia praktyczne normalizacja napięcia układów mięśniowo-powięziowych po uprzednim badaniu ciała

Ćwiczenia praktyczne – taśmy

Walidacja - egzamin wewnętrzny.

Podsumowanie i zakończenie szkolenia

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 34

| Przedmiot / temat | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 34 Pojęcie dysbalansu mięśniowego i destabilizacji narządu ruchu | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 09:00 | 09:30 | 00:30 |
| 2 z 34 Stabilizacja i niestabilność ciała człowieka | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 09:30 | 10:00 | 00:30 |
| 3 z 34 Ryglowanie strukturalne i siłowe ciała | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 10:00 | 10:30 | 00:30 |
| 4 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 10:30 | 10:40 | 00:10 |
| 5 z 34 Tensergracja i zjawisko integracji strukturalnej | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 10:40 | 11:25 | 00:45 |
| 6 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 11:25 | 11:35 | 00:10 |
| 7 z 34 Taśmy i układy mięśniowo-powięziowe człowieka:. Analiza taśm mięśniowych i najczęstszych patologii dysfunkcji narządu ruchu wpływających na taśm mięśniowo-powięziowych | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 11:35 | 12:30 | 00:55 |
| 8 z 34 Wprowadzenie w zagadnienie technik normalizujących napięcie struktur mięśniowo – powięziowych | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 12:30 | 14:00 | 01:30 |

| Przedmiot / temat | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 9 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 14:00 | 14:30 | 00:30 |
| 10 z 34 Techniki masażu głębokiego, techniki normalizacji nerwowo-mięśniowej, techniki neuromobilizacji | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 14:30 | 15:30 | 01:00 |
| 11 z 34 Ćwiczenia praktyczne anatomii palpacyjnej i topograficzna narządu ruchu, strefa kręgosłupa i miednicy, obręczy barkowej | mgr Dawid Filak | 17-10-2026 | 15:30 | 16:30 | 01:00 |
| 12 z 34 Ćwiczenia praktyczne na taśmie mięśniowo-powięziowej tylnej ciała człowieka | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 08:00 | 09:00 | 01:00 |
| 13 z 34 Ćwiczenia praktyczne na taśmie powierzchownej przedniej | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 09:00 | 10:00 | 01:00 |
| 14 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 10:00 | 10:10 | 00:10 |
| 15 z 34 Ćwiczenia praktyczne na mięśniach wchodzących w skład taśmy bocznej | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 10:10 | 11:30 | 01:20 |
| 16 z 34 Ćwiczenia praktyczne. Taśma spiralna | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 11:30 | 12:30 | 01:00 |
| 17 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 12:30 | 12:40 | 00:10 |

| Przedmiot / temat | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 18 z 34 Ćwiczenia praktyczne - taśma głęboka | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 12:40 | 14:30 | 01:50 |
| 19 z 34 Ćwiczenia praktyczne - Taśma funkcjonalna ipsilateralna | mgr Dawid Filak | 18-10-2026 | 14:30 | 15:30 | 01:00 |
| 20 z 34 Ćwiczenia praktyczne - taśmy funkcjonalne przednia i tylna | mgr Dawid Filak | 14-11-2026 | 09:00 | 10:30 | 01:30 |
| 21 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 14-11-2026 | 10:30 | 10:40 | 00:10 |
| 22 z 34 Ćwiczenia praktyczne – taśmy spiralna, głęboka, ipsilateralna, przednia i tylna | mgr Dawid Filak | 14-11-2026 | 10:40 | 11:25 | 00:45 |
| 23 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 14-11-2026 | 11:25 | 11:35 | 00:10 |
| 24 z 34 Ćwiczenia praktyczne – taśmy spiralna, głęboka, ipsilateralna, przednia i tylna | mgr Dawid Filak | 14-11-2026 | 11:35 | 14:00 | 02:25 |
| 25 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 14-11-2026 | 14:00 | 14:30 | 00:30 |
| 26 z 34 Ćwiczenia praktyczne – taśmy spiralna, głęboka, ipsilateralna, przednia i tylna | mgr Dawid Filak | 14-11-2026 | 14:30 | 16:30 | 02:00 |
| 27 z 34 Badanie i analiza taśm mięśniowo-powięziowych | mgr Dawid Filak | 15-11-2026 | 08:00 | 09:00 | 01:00 |

| Przedmiot / temat | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 28 z 34 Najczęstsze dysfunkcje mięśniowo-powięziowe wywołane zaburzeniami napięcia układów mięśniowo-powięziowych | mgr Dawid Filak | 15-11-2026 | 09:00 | 10:00 | 01:00 |
| 29 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 15-11-2026 | 10:00 | 10:10 | 00:10 |
| 30 z 34 Ćwiczenia praktyczne normalizacja napięcia układów mięśniowo-powięziowych po uprzednim badaniu ciała | mgr Dawid Filak | 15-11-2026 | 10:10 | 12:00 | 01:50 |
| 31 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 15-11-2026 | 12:00 | 12:10 | 00:10 |
| 32 z 34 Ćwiczenia praktyczne – taśmy | mgr Dawid Filak | 15-11-2026 | 12:10 | 14:50 | 02:40 |
| 33 z 34 Przerwa | mgr Dawid Filak | 15-11-2026 | 14:50 | 15:00 | 00:10 |
| 34 z 34 Walidacja - egzamin wewnętrzny | - | 15-11-2026 | 15:00 | 15:30 | 00:30 |

Cennik

Cennik

| Rodzaj ceny | Cena |
|---|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 3 850,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto | 3 850,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto | 96,25 PLN |
| Koszt osobogodziny netto | 96,25 PLN |

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Dawid Filak

Fizjoterapeuta, Absolwent Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach, pasjonat swojego zawodu pracujący z pacjentami ortopedycznymi i neurologicznymi, stale podwyższający swoje kompetencje. Wybrane kursy: terapia manualna, terapia mięśniowo-powięziowa, trening medyczny, diagnostyka USG narządu ruchu. Organizator szkoleń prozdrowotnych dla pracowników biurowych. Aktualnie prowadzi własną działalność fizjoterapeutyczną oraz współpracuje z OdnovaClinic w Katowicach

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Autorski skrypt

Warunki uczestnictwa

Zapisy dokonywane są poprzez Bazę Usług Rozwojowych.

Przed podjęciem decyzji o udziale w usłudze prosimy o kontakt w celu potwierdzenia dostępności miejsc.

Informacje dodatkowe

Usługa zwolniona z VAT na podstawie § 3 ust.1 pkt.14 Rozporządzenia Ministra Finansów z 20.12.2013 r.

oraz

Usługa zwolniona z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o podatku od towarów i usług

Podczas szkolenia stosowane są ćwiczenia praktyczne, pokazy i demonstracje w celu zaangażowania uczestników szkolenia do aktywnego w nim uczestnictwa

Forma warsztatowa umożliwi wielokrotne przećwiczenie poznanych metod pod fachowym okiem doświadczonego instruktora

Szkolenie realizowane jest w małych grupach szkoleniowych a indywidualizacja formy i treści przekazywanej wiedzy korzystnie wpływa na końcowy rezultat szkolenia

Przed rozpoczęciem szkolenia oraz po zakończeniu przeprowadzane jest badanie ewaluacyjne za pomocą wywiadu oraz ankiet.

Kurs realizowany łącznie podczas 40 godzin dydaktycznych (30 godzin zegarowych). Jedna godzina dydaktyczna to 45 minut.

Usługa również adresowana dla Uczestników projektu Małopolski pociąg do kariery - sezon 1.

Adres

ul. Henryka Jordana 18/-

40-043 Katowice

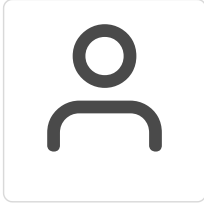
woj. śląskie

Obiekt konferencyjny

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Magdalena Pilch

E-mail biuro@m-sp-pakt.pl

Telefon (+48) 502 213 544