



Medyczne Szkolenia
Podyplomowe Pakt
Joanna Cybulska

★★★★★ 4,8 / 5
672 oceny

Terapia manualna - techniki tkanek miękkich kręgosłupa lędźwiowego (Szkolenie może być dofinansowane w ramach projektu Małopolski pociąg do kariery)

Numer usługi 2026/02/19/11086/3347890

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 21.11.2026 do 22.11.2026

1 900,00 PLN brutto

1 900,00 PLN netto

95,00 PLN brutto/h

95,00 PLN netto/h

121,56 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	20-11-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	20
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 Terapia manualna - techniki tkanek miękkich kręgosłupa lędźwiowego przygotowuje do samodzielnego wykonywania technik tkanek miękkich kręgosłupa lędźwiowego, 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 w regionie kręgosłupa lędźwiowego z zastosowaniem terapii manualnej technik tkanek miękkich.	Uczestnik szkolenia potrafi charakteryzować anatomię regionu odcinka lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi wyjaśnić biomechanikę regionu odcinka lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi zdefiniować najczęstsze patologie regionu odcinka lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi opisać urazy regionu odcinka lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi wymienić wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej w regionie odcinka lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik szkolenia przeprowadza diagnostykę i rehabilitację u pacjentów z dysfunkcjami w regionie kręgosłupa lędźwiowego z zastosowaniem terapii manualnej technik tkanek miękkich.	Uczestnik szkolenia potrafi przeprowadzić analizę funkcjonalną pacjenta	Test teoretyczny
	Potrafi przeprowadzić diagnostykę manualną dysfunkcji mięśni kręgosłupa lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi zlokalizować i opracować punkty spustowe w regionie kręgosłupa lędźwiowego i miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi zastosować metody i techniki terapii manualnej: MET, Myofascial Release, Aktiv Tissue Release w regionie kręgosłupa lędźwiowego i miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi rozpracować dysbalans mięśniowy, taśmy mięśniowo-powięziowe w regionie kręgosłupa lędźwiowego i miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi przeprowadzić diagnostykę manualną prawidłowego i nieprawidłowego ustawienia miednicy i jej wpływu na sąsiadujące stawy	Test teoretyczny
	Potrafi zastosować programy profilaktyczne; ergonomię, autoterapię dla pacjentów w obrębie mięśni kręgosłupa lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy Potrafi przeprowadzić relaksację poizometryczną w zakresie mięśni kręgosłupa lędźwiowego kręgosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
	Potrafi przeprowadzić analizę postawy pacjenta w regionie mięśni kregosłupa lędźwiowego kregosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	Test teoretyczny
	Potrafi przygotować propozycję wykorzystania poznanych technik celem poprawy dysbalansu mięśniowo-powięziowego.	Test teoretyczny
	Potrafi przygotować propozycję ćwiczeń korygujących w regionie mięśni kregosłupa lędźwiowego kregosłupa, miednicy, kończyny dolnej, stawu biodrowego, kolanowego, skokowego, stopy	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 terapii manualnej technik tkanek miękkich, 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 20 godzin dydaktycznych po 45 min. (15 godzin zegarowych po 60 min).

Zajęcia praktyczne: 12 godzin dydaktycznych po 45 min (9 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

Odcinek lędźwiowy - anatomia regionu, biomechanika regionu, najczęstsze patologie, urazy, wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej

Analiza funkcjonalna pacjenta - diagnostyka manualna - punkty spustowe– lokalizacja, opracowanie - metody i techniki terapii manualnej: MET, Myofascial Release, Aktiv Tissue Release, Dysbalans mięśniowy, Taśmy - mięśniowo powięziowe - warsztaty

Miednica - anatomia regionu, biomechanika regionu, najczęstsze patologie, urazy - wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej

Część praktyczna Analiza funkcjonalna pacjenta

Prawidłowe i nieprawidłowe ustawienie miednicy i jej wpływ na sąsiadujące stawy

- diagnostyka manualna

- punkty spustowe– lokalizacja, opracowanie

- metody i techniki terapii manualnej: MET, Myofascial Release, Aktiv Tissue Release, Dysbalans mięśniowy,

Taśmy - mięśniowo powięziowe - warsztaty

II DZIEŃ

Kończyna dolna

- anatomia regionu, biomechanika regionu, najczęstsze patologie, urazy

- wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej

Analiza funkcjonalna pacjenta

Staw biodrowy; kolanowy; skokowy, stopa

- diagnostyka manualna - punkty spustowe– lokalizacja, opracowanie - metody i techniki terapii manualnej: MET, Myofascial Release, Aktiv Tissue Release, Dysbalans mięśniowy, Taśmy - mięśniowo powięziowe - warsztaty

Programy profilaktyczne; ergonomia autoterapia dla pacjentów

Techniki Energizacji Mięśni (MET)

Relaksacja poizometryczna : relaksacja hipertonicznych mięśni - Postfacilitation stretch method wg. Jandy: likwidacja przykurczy łącznotkankowych, - Hamowanie zwrotne (reciprocal inhibition - Izolityczny skurcz ekscentryczny: rozciąganie przykurczy mięśniowych i łącznotkankowych. -Skurcz izokinetyczny (kombinacja skurczu izotonicznego i izometrycznego): tonizacja osłabionego mięśnia; odbudowa siły wszystkich mięśni zaangażowanych w danym ruchu

Mięśniowo-Powięziowe Rozluźnianie (Myofascial Release)

Techniki Aktywnego Rozluźniania (Aktiv Tissue Release)

Dysbalans mięśniowy. - Analiza funkcjonalna pacjenta oraz omówienie najczęstszych dysfunkcji narządu ruchu

Analiza postawy pacjenta oraz propozycja wykorzystania poznanych technik celem poprawy dysbalansu mięśniowo-powięziowego. Propozycja ćwiczeń korygujących

Terapia Punktów Spustowych - Podstawy teoretyczne powstawania TrP. Metody odnajdywania i terapii TrP. Cechy charakterystyczne mięśni z aktywnymi TrP

Taśmy - mięśniowo powięziowe/ Meridiany mięśniowo-powięziowe

Walidacja - egzamin wewnętrzny.

Podsumowanie i zakończenie szkolenia

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	95,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	95,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Sebastian Zowada

Fizjoterapeuta. Absolwent AWF w Katowicach. Doświadczony specjalista terapii manualnej ciągle podwyższający swoje kwalifikacje. Aktualnie własna działalność gospodarcza FizjoPoint w Katowicach. Ukończone kursy z terapii tkanek miękkich, tematyki terapii stawu skroniowo-żuchwowego, Kinetic Control oraz Metody dr Ackermanna. Obecnie starszy asystent metody P-DTR w Polsce (Basic Level, Intermediate Level, Advanced Level (ukończone egzaminem) oraz P-DTR Masterclass Visual Diagnosis). Wykładowca w Zakładzie Anatomii Wydziału Nauk o Zdrowiu Śląskiego Uniwersytetu Medycznego 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 umożliwia 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 20 godzin dydaktycznych (15 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@mssp-pakt.pl

Telefon (+48) 502 213 544