



Kurs Dietetyka kliniczna i Trening zdrowotny GymMed Academy.

Numer usługi 2026/02/22/178782/3352650

630,00 PLN brutto
630,00 PLN netto
90,00 PLN brutto/h
90,00 PLN netto/h
81,67 PLN cena rynkowa ⓘ

FIVE MED SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

23 oceny

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 07:00 h

📅 20.06.2026 do 20.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Dietetyka
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	Dietetycy i studenci dietetyki, Trenerzy personalni, instruktorzy fitness i fizjoterapeuci, Lekarze, pielęgniarki oraz inni pracownicy ochrony zdrowia, Osoby zmagające się z insulinoopornością, cukrzycą typu 2, nadciśnieniem lub hipercholesterolemią
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	17-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	7
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa „Dietetyka kliniczna i trening zdrowotny” przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania i uzasadniania interwencji żywieniowo-ruchowej u osób z zaburzeniami metabolicznymi (otyłość, insulinooporność, cukrzyca typu 2, nadciśnienie, dyslipidemie). Po ukończeniu szkolenia uczestnik potrafi dobrać parametry żywienia i aktywności zgodnie z EBM, zaprojektować bezpieczny program treningowy, monitorować wskaźniki kliniczne i wprowadzać uzasadnione korekty.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komponuje i modyfikuje jadłospis kliniczny dla osób z zaburzeniami metabolicznymi	Wprowadza dietę o niskim indeksie glikemicznym dla osób z cukrzycą typu 2 oraz insulinoopornością Rozróżnia źródła kwasów tłuszczowych w diecie Definiuje otyłość, ocenia stopień otyłości Uzasadnia wprowadzenie diety niskosodowej u pacjentów z nadciśnieniem tętniczym	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Projektuje bezpieczny program treningu zdrowotnego (oporowy + aerobowy) z progresją	Weryfikuje przeciwwskazania i kwalifikuje do wysiłku Dobiera intensywność, objętość i częstotliwość treningu dla danej jednostki chorobowej	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Stosuje aktualne rekomendacje towarzystw naukowych (żywność i aktywność) w IO/T2D/NT/dyslipidemii	Kwalifikuje przypadek kliniczny do odpowiedniego schematu postępowania na podstawie wytycznych Dobiera tygodniową dawkę aktywności (minuty/tydzień, intensywność, typ) zgodnie z rekomendacjami dla danej jednostki Porządkuje priorytety interwencji (żywność/aktywność) w określonych fenotypach metabolicznych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Monitoruje, interpretuje i ocenia wskaźniki zdrowotne; wdraża korekty planu</p>	<p>Interpretuje glikemię na czczo, HbA_{1c}, lipidogram, RR, BMI/obwody wg progów klinicznych</p> <p>Identyfikuje odchylenia wymagające interwencji i dobiera adekwatną korektę (dieta/trening/monitoring)</p> <p>Oceni skuteczność po 4–6 tygodniach na podstawie wskaźników i decyduje o kontynuacji/zmianie interwencji</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

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 usługi

1) Adresaci szkolenia

Osoby pracujące lub przygotowujące się do pracy w obszarze dietetyki/aktywności fizycznej i zdrowia publicznego (dietetycy, trenerzy zdrowotni, fizjoterapeuci, instruktorzy), które chcą samodzielnie planować i uzasadniać interwencje żywieniowo-ruchowe u osób z zaburzeniami metabolicznymi (otyłość/MetS, insulinooporność, cukrzyca typu 2, nadciśnienie, dyslipidemie).

2) Warunki organizacyjne

- **Wielkość grupy:** do 24 osób; podczas części praktycznej praca w **podgrupach 2-osobowych**.
- **Stanowiska:** dla każdego uczestnika **stanowisko w sali wykładowej** z dostępem do Internetu.
- **Wyposażenie/wymagania:** rzutnik; oprogramowanie kalkulacyjne/planowania jadłospisów; przykładowe kwestionariusze przesiewowe (PHQ-9, GAD-7, ankiety żywieniowe); materiały case-study.

- **Model/e do ćwiczeń:** podczas symulowanych konsultacji – **2 osoby symulacyjne** (role-play) na całą grupę oraz nagrane scenariusze kliniczne.

3) Tryb i wymiar godzin

- Szkolenie realizowane w **godzinach dydaktycznych (45 min)**.
- **Łącznie: 8 godzin dydaktycznych** (co odpowiada ok. **7 godzinom zegarowym**).
- **Podział:** teoria **4 godz. dyd.**, praktyka (warsztaty/case-study/symulacje) **4 godz. dyd.**
- **Przerwy:** 15 minut po każdym 90 minutach zajęć; zaplanowana dłuższa 30- minutowa przerwa obiadowa, **przerwy są wliczone** w czas trwania usługi.

4) Walidacja (opis organizacji)

- **Metoda walidacji:** **test teoretyczny on-line** (MCQ/SBA, pytania scenariuszowe), **wynik automatyczny** generowany przez system.
- **Struktura testu:** 20 pytań, czas 20 minut; sekcje: żywienie w T2D/NT/dyslipidemiach/MetS, trening zdrowotny, psychodietetyka, case-study.
- **Warunki przeprowadzenia:** sala wykładowa; nadzór trenera egzaminatora; instrukcja przed startem; jednolity czas dla całej grupy.
- **Dokumentacja:** raport z systemu testowego (wynik ogólny i sekcyjne), lista obecności.
- **Progi zaliczenia (spójne z celami/efektami):** wynik testu $\geq 60\%$.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

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

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	630,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	630,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KAROL MAKIEL

Otrzymałem tytuł doktora z wyróżnieniem w dziedzinie nauk medycznych i zdrowotnych. Jestem autorem licznych publikacji naukowych dotyczących wpływu diety i aktywności fizycznej na zdrowie i skład ciała osób z otyłością oraz zespołem metabolicznym.

Posiadam tytuł magistra dietetyki klinicznej, a w mojej praktyce zawodowej stosuję wiedzę zdobytą podczas studiów z psychoterapii w Collegium Medicum UJ. Od 14 lat pracuję jako trener personalny oraz dietetyk kliniczny i sportowy.

Swoją wiedzę dzielę się z studentami, prowadząc zajęcia m.in. na Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie. Regularnie udzielam wywiadów dla programów edukacyjnych Telewizji Polskiej.

W ciągu 5 lat brałem udział w ogólnopolskich zawodach kulturystycznych, zdobywając 3 złote, 3 srebrne i 3 brązowe medale. Jestem współwłaścicielem GymMed Academy, gdzie prowadzę kursy i szkolenia dla trenerów personalnych oraz dietetyków.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Kompleksowe materiały szkoleniowe

- Otrzymasz obszerne materiały w formie elektronicznej (prezentacje, schematy diet, listy zaleceń) podsumowujące każdy moduł, dzięki czemu będziesz mógł/mogła wrócić do nich po zakończeniu szkolenia.

Arkusze i narzędzia do planowania

- Udostępnimy Ci autorski arkusz kalkulacyjny ułatwiający obliczanie zapotrzebowania kalorycznego, rozkładu makroskładników oraz wymienników węglowodanowych, a także gotowe szablony planów treningowych dostosowanych do różnych poziomów zaawansowania.

Certyfikat ukończenia

- Po zaliczeniu testu końcowego otrzymasz imienny certyfikat potwierdzający zdobyte umiejętności i wiedzę. Certyfikat wystawiany jest przez akredytowaną placówkę szkoleniową GymMed, co zwiększa jego wartość na rynku pracy.

Adres

ul. Skałeczna 2
31-065 Kraków
woj. małopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



KAROL MAKIEL



E-mail karolmakiel@gmail.com

Telefon (+48) 513 836 578