



Kinesiotaping w terapii i profilaktyce – kurs podstawowy

Numer usługi 2026/03/27/170147/3442779

1 800,00 PLN brutto

1 800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

137,50 PLN cena rynkowa ⓘ

AMBITION USŁUGI
EDUKACYJNE
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

📍 Olsztyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 13.06.2026 do 14.06.2026

★★★★★ 4,7 / 5

37 ocen

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
Grupa docelowa usługi	Kurs jest adresowany do absolwentów i studentów kierunków medycznych, posiadających wiedzę z zakresu anatomii człowieka - fizjoterapeutów, studentów fizjoterapii, masażyistów, pielęgniarów, położnych, lekarzy.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	12-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	18
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu jest przygotowanie uczestników do samodzielnego, bezpiecznego i skutecznego stosowania technik kinesiotapingu poprzez opanowanie wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności aplikacji taśm w celu

wspomagania procesów terapeutycznych, profilaktyki urazów oraz poprawy funkcjonowania układu mięśniowo-powięziowego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Uczestnik wyjaśnia podstawy teoretyczne kinesiotapingu.	Opisuje mechanizm działania kinesiotapingu.	Test teoretyczny
	Omawia wpływ aplikacji na układ mięśniowy, limfatyczny i nerwowy.	Test teoretyczny
	Rozróżnia rodzaje aplikacji.	Test teoretyczny
Wiedza: Uczestnik charakteryzuje możliwości stosowania kinesiotapingu jako metody wspomagającej proces rehabilitacji.	Wymienia podstawowe wskazania terapeutyczne i profilaktyczne.	Test teoretyczny
	Rozpoznaje przeciwwskazania.	Test teoretyczny
	Omawia zasady bezpieczeństwa stosowania plastrów.	Test teoretyczny
Uczestnik charakteryzuje materiały i zasady aplikacji taśm.	Rozróżnia rodzaje taśm i ich właściwości.	Test teoretyczny
	Omawia zasady przygotowania skóry do aplikacji.	Test teoretyczny
	Opisuje techniki cięcia i aplikacji taśm.	Test teoretyczny
Umiejętności: Uczestnik przygotowuje stanowisko pracy oraz pacjenta/klienta do kinesiotapingu.	Organizuje stanowisko zgodnie z zasadami higieny.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Przeprowadza podstawowy wywiad z klientem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Przygotowuje skórę do aplikacji taśm.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prawidłowo przygotowuje i docina taśmy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Umiejętności: Uczestnik wykonuje podstawowe aplikacje kinesiotapingu.	Poprawnie aplikuje taśmy zgodnie z celem terapeutycznym.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności: Uczestnik wykonuje aplikacje na wybrane obszary ciała.	Dobiera technikę do problemu funkcjonalnego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje aplikacje na podstawowe grupy mięśniowe (np. kręgosłupa, barku, kolana)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje aplikację do indywidualnych potrzeb pacjenta/klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kompetencje społeczne: Uczestnik przestrzega zasad bezpieczeństwa i etyki zawodowej.	Stosuje zasady higieny pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zapewnia bezpieczeństwo podczas wykonywania aplikacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kompetencje społeczne: Uczestnik komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny.	Informuje o celu i przebiegu aplikacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Udziela zaleceń po zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Reaguje na odczucia klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Kurs trwa 2 dni (18 godzin dydaktycznych/13,5 godzin zegarowych). Kurs obejmuje 4 godziny dydaktyczne teoretyczne oraz 14 godzin dydaktycznych praktycznych. Przerwy nie wliczają się do czasu usługi.

Kurs adresowany jest do absolwentów i studentów kierunków medycznych, posiadających wiedzę z zakresu anatomii człowieka - fizjoterapeutów, studentów fizjoterapii, masażyistów, pielęgniarzek, położnych, lekarzy.

Usługa rozwojowa prowadząca do zdobycia kompetencji służących do rozwoju inteligentnej specjalizacji Warmii i Mazur "Zdrowie życie".

Zajęcia teoretyczne (wykład z prezentacją multimedialną) odbywają się w sali wyposażonej w rzutnik, ekran, flipchart. Na zajęcia praktyczne uczestnicy mają zapewnione warunki do ćwiczeń (stoły do masażu, taśmy Acutop Classic lub YellowSport, nożyczki, prześcieradła 1-razowe, środki dezynfekcyjne do rąk i powierzchni, oliwka).

Walidacja przeprowadzana jest w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Metody i organizacja walidacji:

- Test teoretyczny - test wielokrotnego wyboru złożony z 15 pytań, każde pytanie zawiera 4 warianty odpowiedzi (A, B, C, D), z których tylko jedna jest prawidłowa. Zakres merytoryczny: pytania obejmują kluczowe zagadnienia teoretyczne, zasady bezpieczeństwa (BHP) oraz wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegów. Warunkiem zaliczenia testu jest uzyskanie 60% poprawnych odpowiedzi, czyli 9 punktów.
- Obserwacja w warunkach symulowanych - walidacja w modelu Peer-to-Peer Simulation (terapeuta-pacjent), symulacja kliniczna w układzie naprzemiennym. Proces weryfikacji umiejętności i kompetencji społecznych opiera się na obserwacji uczestnika w warunkach symulowanych, gdzie kursanci występują w podwójnej roli:

1. terapeuty - osoba walidująca ocenia precyzję wykonania aplikacji, w tym: dobór techniki do problemu, przygotowanie skóry, stopień napięcia taśmy, poprawność jej wycięcia i wykończenia oraz bezpieczeństwo, higienę i organizację pracy;
2. pacjenta - uczestnik doświadcza aplikacji na własnym ciele, co pozwala mu na bieżąco ocenić komfort pacjenta, wpływ taśmy na zakres ruchu oraz ewentualne błędy w aplikacji (np. zbyt mocne napięcie powodujące dyskomfort). Walidator ocenia sposób komunikowania się uczestnika podlegającego ocenie z klientem/pacjentem.

Program ramowy kursu:

Dzień 1. Wprowadzenie do metody kinesiotapingu, wskazania i przeciwwskazania do zabiegu. Rodzaje i właściwości taśm, techniki cięcia i aplikacji. Przygotowanie stanowiska pracy i pacjenta/klienta do zabiegu. Aplikacja taśm z wykorzystaniem wybranych technik w obrębie kończyny górnej.

Dzień 2. Aplikacja wybranymi technikami w obrębie kończyny dolnej, klatki piersiowej i brzucha oraz grzbietu. Wykorzystanie kinesiotapingu w terapii – dobór aplikacji do wybranych problemów funkcjonalnych pacjenta/klienta. Walidacja

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Wprowadzenie do metody kinesiotapingu – mechanizm działania taśm. Wskazania i przeciwwskazania, BHP zabiegu.	Dominik Sitarski	13-06-2026	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 9 Rodzaje i właściwości taśm, techniki cięcia, techniki aplikacji (mięśniowa, dekompresji, więzadłowa/ścięgnowa, limfatyczna, limfatyczna, proprioceptywna, blizny) oraz usuwania tapingu.	Dominik Sitarski	13-06-2026	10:45	12:15	01:30
3 z 9 Przygotowanie do zabiegu – organizacja stanowiska pracy, wywiad z pacjentem, identyfikacja problemu funkcjonalnego, przygotowanie skóry.	Dominik Sitarski	13-06-2026	12:30	14:00	01:30
4 z 9 Aplikacja wybranymi technikami w obrębie kończyny górnej.	Dominik Sitarski	13-06-2026	14:45	17:00	02:15
5 z 9 Aplikacja wybranymi technikami w obrębie kończyny dolnej.	Dominik Sitarski	14-06-2026	09:00	10:30	01:30
6 z 9 Aplikacja wybranymi technikami w obrębie klatki piersiowej i brzucha.	Dominik Sitarski	14-06-2026	10:45	12:15	01:30
7 z 9 Aplikacja wybranymi technikami w obrębie grzbietu.	Dominik Sitarski	14-06-2026	12:30	14:00	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 9 Wykorzystanie kinesiotapingu w terapii – dobór aplikacji do wybranych problemów funkcjonalnych pacjenta/klienta.	Dominik Sitarski	14-06-2026	14:45	16:45	02:00
9 z 9 Walidacja - test teoretyczny i obserwacja w warunkach symulowanych	-	14-06-2026	16:45	17:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 800,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominik Sitarski

Absolwent Olsztyńskiej Szkoły Wyższej im. Józefa Rusieckiego w Olsztynie. Od ponad 15 lat pracuje z dziećmi, młodzieżą oraz dorosłymi w zakresie diagnostyki i terapii wad postawy ciała, fizjoterapii pourazowej, rehabilitacji po zabiegach ortopedycznych oraz w terapii dolegliwości bólowych kręgosłupa. Wieloletni nauczyciel akademicki, od 2023 roku pracownik dydaktyczny kierunku Fizjoterapia Szkoły Zdrowia Publicznego Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie kształci studentów w zakresie przedmiotów praktycznych m.in. anatomia radiologiczna, kinezyterapia, metody specjalne czy biomechanika kliniczna. Uczestnik licznych szkoleń i kursów z zakresu terapii

manualnej, diagnostyki funkcjonalnej i obrazowej narządu ruchu człowieka, igłowania suchego punktów spustowych, zaawansowanych technik igłoterapii suchej. W swojej codziennej pracy w gabinecie poza diagnostyką, pracą manualną czy treningiem skupia się również na edukacji pacjenta oraz fizjoprofilaktyce. W ciągu ostatnich 5 lat systematycznie doskonalił swoje kompetencje w zakresie tematyki kursu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje materiały dydaktyczne w postaci skryptu przed rozpoczęciem zajęć.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest przedstawienie dyplomu ukończenia studiów medycznych lub świadectwa ukończenia szkoły masażyistów. W przypadku studentów wymagane jest zaświadczenie z uczelni potwierdzające kierunek i rok studiów.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa prowadząca do zdobycia kompetencji służących do rozwoju inteligentnej specjalizacji Warmii i Mazur "Zdrowie życie".

Kurs kształtuje kompetencje przyszłości - jest zorientowany na rozwój sektora usług medycznych.

Usługa jest adresowana również do Uczestników Projektów: Kierunek Rozwój oraz Projektu MP i/lub Uczestników Projektu NSE.

Uczestnik kursu otrzymuje zaświadczenie.

Przed wpisaniem się na wybraną usługę, organizator kursu uprzejmie prosi o kontakt telefoniczny. Godziny podane w Karcie Usługi są godzinami dydaktycznymi, PRZERWY NIE WLICZAJĄ SIĘ DO CZASU KURSU.

Adres

ul. Jana Kasprowicza 4/13
10-220 Olsztyn
woj. warmińsko-mazurskie

Zajęcia są prowadzone w sali szkoleniowej znajdującej się w rewitalizowanym, historycznym budynku z XIX wieku - Koszary Funka. Dogodny dojazd - odległość 1,6 km od dworca Olsztyn Główny i dworca PKS oraz 1,8 km od dworca Olsztyn Zachodni. Budynek przystosowany do poruszania się na wózku inwalidzkim - wyposażony w podjazd.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Agnieszka Makowska

E-mail ambition.olsztyn@gmail.com

Telefon (+48) 602 703 684