

**PNF Rozwijający - szkolenie**

Numer usługi 2026/04/13/116717/3482780

**2 400,00 PLN** brutto

1 951,22 PLN netto

48,00 PLN brutto/h

39,02 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Aleksander Lizak

REHA PLUS

EDUKACJA

★★★★★ 4,8 / 5

838 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 50:00 h

📅 14.09.2026 do 18.09.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Identyfikatory projektów</b>	Małopolski Pociąg do kariery
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Fizjoterapeuci. Terapeuci zajęciowi. Usługa adresowana również dla uczestników projektu Małopolski Pociąg do Kariery - sezon 1.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	16
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	11-09-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	50
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

## Cel

### Cel edukacyjny

Usługa "PNF Rozwijający"- szkolenie przygotowuje do samodzielnego badania, tworzenia indywidualnie dobranych planów terapeutycznych oraz prowadzenia terapii u pacjentów mających ograniczenia na poziomach: aktywności dnia codziennego, uczestnictwa i struktury ciała z zastosowaniem zaawansowanych technik PNF.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą koncepcji PNF.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- definiuje zasady badania pacjenta oraz dokumentowania terapii zgodnie z ICF</li> <li>- definiuje główne zasady i techniki koncepcji PNF</li> </ul>	Test teoretyczny
Posługuje się wiedzą dotyczącą stosowania wzorców i technik PNF w różnych zaburzeniach	<ul style="list-style-type: none"> <li>- charakteryzuje kombinacje wzorców dla tułowia, kończyn górnych, kończyn dolnych</li> <li>- charakteryzuje prawidłową/nieprawidłową postawę ciała, zaburzenia układu nerwowego, nauczanie motoryczne, plastyczność, spastyczność</li> <li>- analizuje chód i definiuje zasady nauki chodu</li> <li>- definiuje ból - przyczyny, najczęstsze zespoły bólowe, zasady badania</li> </ul>	Test teoretyczny
Planuje i przeprowadza terapię pacjentów	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bada i rozpoznaje zaburzenie</li> <li>- opracowuje terapię bezpośrednią i pośrednią wielu zaburzeń ortopedycznych i neurologicznych</li> <li>- rozwiązuje problemy związane z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów z zaburzeniami tułowia, z zaburzeniami ośrodkowego oraz obwodowego układu nerwowego, zaburzonym chodem, z bólem</li> </ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje zasady pracy z pacjentem	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przeprowadza odpowiednią rozmowę z pacjentem w celu określenia problemu</li> <li>- motywuje pacjenta do pracy, również podczas aktywności dnia codziennego</li> <li>- doskonali swoją wiedzę oraz umiejętności poprzez system szkoleń IPNFA</li> <li>- kieruje do innych specjalistów i współpracuje z nimi</li> </ul>	Wywiad swobodny

## 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

Szkolenie adresowane jest do osób, które:

- ukończyły szkolenie PNF Podstawowy oraz posiadają co najmniej trzymiesięczną przerwę od ukończenia szkolenia PNF Podstawowy, przeznaczoną na pracę z pacjentem,
- chcą poznać szczegółowe analizy zaburzeń funkcjonalnych pacjenta,
- pracują z pacjentem ortopedycznym i neurologicznym,
- chcą pogłębić swoją wiedzę w zakresie metody PNF.

Główną częścią kursu rozwijającego PNF jest precyzyjna analiza zaburzeń funkcjonalnych pacjenta. Instruktor prowadzący, wraz z uczestnikami, opracowują przykłady terapii bezpośredniej i pośredniej wielu zaburzeń ortopedycznych i neurologicznych analizując je na poziomie strukturalnym, funkcjonalnym i aktywności dnia codziennego. Wiedza zdobyta na kursie podstawowym PNF zostaje poszerzona o szczegółowe analizy biomechaniczne oraz neurofizjologiczne ludzkiego organizmu. Codzienna praca z pacjentem daje uczestnikom możliwość doskonalenia własnego warsztatu terapeutycznego pod okiem instruktora, a także praktycznego zastosowania nowo zdobytych umiejętności.

Podczas trwania kursu każdy uczestnik otrzymuje dwutomową publikację dotyczącą testowania i dokumentacji terapii oraz streszczenia wykładów prowadzonych podczas zajęć.

**Liczba godzin usługi: 50 podana jest w godzinach 45-minutowych, w tym teoria: 20 g., praktyka 30 g.**

**Przerwy nie wliczają się do godzin usługi. Godziny przerw mogą ulec zmianie w zależności od dynamiki i tempa pracy grupy.**

**Obecność na szkoleniu będzie weryfikowana przez codzienne podpisy Uczestnika na indywidualnej liście obecności.**

**Wymagana frekwencja: min. 80 % obecności.**

**Zakres tematyczny:**

### Dzień 1

Sprawy organizacyjne, omówienie egzaminu (I.C.F. International Classification of Functioning Disability and Health),

klasyfikacja pacjentów zgodnie z wytycznymi WHO.

Powtórzenie zasad i technik koncepcji PNF na przykładzie zaburzeń aktywności pacjenta, dokumentacja terapii. Powtórzenie zasad i technik koncepcji PNF na przykładzie zaburzeń aktywności pacjenta (rozwiniecie), podział pacjentów.

Praca z pacjentem – terapia próbna.

### Dzień 2

Nowe wzorce ruchowe Thrust w łańcuchu zamkniętym i otwartym.

Kombinacje wzorców w różnych pozycjach wyjściowych.

Powtórki, plastyczność CUN, spastyczność.

Rozwiązywanie problemów związanych z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów spastycznych w oparciu o ICF.

Przygotowanie do pracy z pacjentami ,praca z pacjentami, demonstracja pacjenta.

### **Dzień 3**

Powtórki, rozwinięcie analizy i nauki chodu – teoria.

Rozwiązywanie problemów związanych z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów z zaburzonym chodem w oparciu o ICF.

Przygotowanie do pracy z pacjentami, praca z pacjentami, demonstracja pacjenta.

### **Dzień 4**

Ból : teoria i praktyka.

Teoria : badanie różnicowe , czerwone flagi, dokumentacja.

Strategie terapii pacjenta bólowego.

Rozwiązywanie problemów bólowych pacjenta w oparciu o klasyfikację ICF.

Próbny test pisemny.

Rozwinięcie tematu ból.

Przygotowanie do pracy z pacjentami, praca z pacjentami , uzupełnienie kart badań.

### **Dzień 5**

Test pisemny, omówienie wyników, podsumowanie pracy z pacjentem.

Powtórki, pytania końcowe , system szkolenia IPNFA.

Egzamin praktyczny w rytmie 20 – sto minutowym.

Walidacja (test teoretyczny).

**Walidacja odbędzie się w formie testu teoretycznego, obserwacji w warunkach symulowanych oraz wywiadu swobodnego.**

**Test teoretyczny zostanie przekazany Uczestnikowi przez Osobę prowadzącą usługę, a zostanie oceniony przez Osobę prowadzącą walidację. Walidator nie będzie obecny podczas testu.**

**Obserwacja w warunkach symulowanych oraz wywiad swobodny będą realizowane podczas trwania szkolenia, w trakcie pracy praktycznej Uczestnika z Pacjentem.**

## **Harmonogram**

Liczba pozycji harmonogramu: 30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 30</b> Sprawy organizacyjne , omówienie egzaminu( I.C.F. International Classification of Functioning Dysabilty and Health), klasyfikacja pacjentów zgodnie z wytycznymi WHO.	Aleksander Lizak	14-09-2026	09:00	11:00	02:00
<b>2 z 30</b> Przerwa	Aleksander Lizak	14-09-2026	11:00	11:15	00:15
<b>3 z 30</b> Powtórzenie zasad i technik koncepcji PNF na przykładzie zaburzeń aktywności pacjenta, dokumentacja terapii.	Aleksander Lizak	14-09-2026	11:15	13:00	01:45
<b>4 z 30</b> Przerwa.	Aleksander Lizak	14-09-2026	13:00	13:30	00:30
<b>5 z 30</b> Powtórzenie zasad i technik koncepcji PNF na przykładzie zaburzeń aktywności pacjenta - kontynuacja, podział pacjentów.	Aleksander Lizak	14-09-2026	13:30	16:00	02:30
<b>6 z 30</b> Terapia pacjentów przez uczestników - terapia próbna.	Aleksander Lizak	14-09-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>7 z 30</b> Nowe wzorce ruchowe Thrust w łańcuchu zamkniętym i otwartym. Kombinacje wzorców w różnych pozycjach wyjściowych. Powtórki, plastyczność CUN, spastyczność.	Aleksander Lizak	15-09-2026	09:00	10:45	01:45
<b>8 z 30</b> Przerwa.	Aleksander Lizak	15-09-2026	10:45	11:00	00:15
<b>9 z 30</b> Rozwiązywanie problemów związanych z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów spastycznych w oparciu o ICF.	Aleksander Lizak	15-09-2026	11:00	13:00	02:00
<b>10 z 30</b> Przerwa.	Aleksander Lizak	15-09-2026	13:00	13:30	00:30
<b>11 z 30</b> Rozwiązywanie problemów związanych z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów spastycznych w oparciu o ICF.	Aleksander Lizak	15-09-2026	13:30	15:30	02:00
<b>12 z 30</b> Przygotowanie do pracy z pacjentami ,praca z pacjentami, demonstracja pacjenta.	Aleksander Lizak	15-09-2026	15:30	18:00	02:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>13 z 30</b> Ból : teoria i praktyka. Teoria : badanie różnicowe , czerwone flagi, dokumentacja. Strategie terapii pacjenta bólowego.	Agnieszka Stępień	16-09-2026	09:00	11:00	02:00
<b>14 z 30</b> Powtórki, rozwinięcie analizy i nauki chodu – teoria.	Agnieszka Stępień	16-09-2026	09:00	10:45	01:45
<b>15 z 30</b> Przerwa.	Agnieszka Stępień	16-09-2026	10:45	11:00	00:15
<b>16 z 30</b> Rozwiązywanie problemów związanych z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów z zaburzonym chodem w oparciu o ICF.	Agnieszka Stępień	16-09-2026	11:00	13:00	02:00
<b>17 z 30</b> Przerwa.	Agnieszka Stępień	16-09-2026	13:00	13:30	00:30
<b>18 z 30</b> Rozwiązywanie problemów związanych z ograniczeniem poziomu aktywności i struktur ciała u pacjentów z zaburzonym chodem w oparciu o ICF - kontynuacja.	Agnieszka Stępień	16-09-2026	13:30	15:30	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 30 Przygotowanie do pracy z pacjentami ,praca z pacjentami, demonstracja pacjenta.	Agnieszka Stępień	16-09-2026	15:30	18:00	02:30
20 z 30 Przerwa.	Agnieszka Stępień	17-09-2026	11:00	11:15	00:15
21 z 30 Rozwiązywanie problemów bólowych pacjenta w oparciu o klasyfikację ICF.	Agnieszka Stępień	17-09-2026	11:15	13:00	01:45
22 z 30 Przerwa	Agnieszka Stępień	17-09-2026	13:00	13:30	00:30
23 z 30 Próbny test pisemny.	Agnieszka Stępień	17-09-2026	13:30	14:30	01:00
24 z 30 Rozwinięcie tematu: Ból	Agnieszka Stępień	17-09-2026	14:30	15:30	01:00
25 z 30 Przygotowanie do pracy z pacjentami, praca z pacjentami , uzupełnienie kart badań.	Agnieszka Stępień	17-09-2026	15:30	18:00	02:30
26 z 30 Test teoretyczny.	Agnieszka Stępień	18-09-2026	09:00	10:00	01:00
27 z 30 Omówienie wyników testu.	Agnieszka Stępień	18-09-2026	10:00	11:30	01:30
28 z 30 Posumowanie pracy z pacjentami.	Agnieszka Stępień	18-09-2026	11:30	12:30	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>29 z 30</b> Powtórki, pytania końcowe, system szkolenia IPNFA.	Agnieszka Stępień	18-09-2026	12:30	13:30	01:00
<b>30 z 30</b> Walidacja.	-	18-09-2026	13:30	14:00	00:30

## Cennik

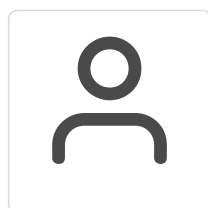
Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 951,22 PLN
Koszt osobogodziny brutto	48,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	39,02 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



**1 z 2**

**Aleksander Lizak**

Fizjoterapeuta

Od 2003 roku posiada tytuł IPNFA® Advanced Instructor uprawniający do prowadzenia szkoleń rozwijających i klinicznych z zakresu PNF oraz przeprowadzania walidacji.

Doświadczenie zawodowe zdobywał w Polsce oraz w Niemczech. Prelegent na wielu konferencjach oraz uczelniach w kraju i za granicą na temat koncepcji i terapii pacjentów metodą PNF.

**2 z 2**





## Agnieszka Stępień

Fizjoterapeutka, absolwentka Wydziału Rehabilitacji Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie. Uzyskała tytuł doktora nauk o kulturze fizycznej w dziedzinie fizjoterapii realizując badania dotyczące biomechaniki kręgosłupa u dzieci ze skoliozą idiopatyczną. Autorka i współautorka publikacji naukowych i popularnonaukowych. Prelegentka w ramach licznych konferencji naukowych w kraju i zagranicą. Instruktor koncepcji PNF International PNF Association, w 2019 roku uzyskała status Senior Instructor Candidat IPNFA.

Od 1995 roku wykładowca w Katedrze Rehabilitacji, Wydziału Rehabilitacji AWF w Warszawie. Praktyka zawodowa w placówkach NFZ oraz prywatnej praktyce. Od 2004 roku kierownik praktyki fizjoterapeutycznej. Pracuje z dziećmi i dorosłymi z chorobami neurologicznymi, w tym nerwowo – mięśniowymi, oraz zaburzeniami ortopedycznymi narządu ruchu.

Prezes Stowarzyszenia Fizjoterapia Polska, w latach 2009-2017 członek Zarządu. W ramach działalności stowarzyszenia aktywnie współpracuje z organizacjami pacjentów. Członek Zespołu Narodowego Programu Chorób Rzadkich przy Ministrze Zdrowia (2016-2017), Społecznej rady Sportu przy Ministrze Sportu (2018-2019) oraz Zespołu Zadaniowego d.s. Diagnostyki i Leczenia Zachowawczego w Przebiegu Skoliozy Idiopatycznej działającego w składzie Komitetu Rehabilitacji, Kultury Fizycznej i Integracji Społecznej PAN. Członek Research Committee International PNF Association.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt.

### Warunki uczestnictwa

- ukończenie szkolenia "PNF Podstawowy" oraz minimum trzy-miesięczna przerwa
- rezerwacja miejsca na szkoleniu przez stronę organizatora: <https://www.fizjoterapia.pl/kursy/zapisz/3730>
- wpłacenie zaliczki w wysokości 500 zł określonej regulaminem organizatora i potwierdzającej uczestnictwo w szkoleniu (w przypadku dofinansowania pokrywającego cały koszt szkolenia, zaliczka jest zwracana uczestnikowi)

### Informacje dodatkowe

Jeżeli usługa finansowana jest w minimum 70 % ze środków publicznych, jest ona zwolniona z podatku VAT. Warunkiem wystawienia faktury zwolnionej z podatku VAT, jest przesłanie usługodawcy stosownego oświadczenia.

Podstawa prawna:

1. finansowanie w 100 % - zgodnie z art. 43 ust.1 pkt 29 litera c) Ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 ze zmianami
2. finansowanie w co najmniej 70 % - zgodnie z § 3 ust.1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013

Przed dokonaniem zapisu na usługę, prosimy o sprawdzenie dostępności miejsc na stronie internetowej organizatora [www.fizjoterapia.pl](http://www.fizjoterapia.pl)

Po zapisie na usługę, prosimy o kontakt z organizatorem w celu dopełnienia formalności związanych z uczestnictwem w szkoleniu.

Zaakceptowano regulamin dla instytucji szkoleniowych projektu Małopolski Pociąg do Kariery - sezon 1.

## Adres

ul. Belgradzka 18

02-793 Warszawa

woj. mazowieckie

Sala szkoleniowa składająca się z dwóch części: sali na zajęcia teoretyczne o metrażu 96,38 m<sup>2</sup> oraz sali na zajęcia praktyczne o metrażu 31.78 m<sup>2</sup>. Sala w pełni wyposażona w sprzęt potrzebny do szkolenia: projektor, stoły rehabilitacyjne, materace do ćwiczeń, piłki terapeutyczne. W budynku znajduje się zaplecze socjalne dla uczestników - jadalnia z dostępem do kuchenki mikrofalowej oraz zastawy stołowej, toalety i szatnia.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking

## Kontakt



**Bernadeta Siupik**

**E-mail** [bernatkas@fizjoterapia.pl](mailto:bernatkas@fizjoterapia.pl)

**Telefon** (+48) 126 509 370