



"Edu Podkarpacie"
DOROTA PODOLEC

★★★★★ 5,0 / 5

1 ocena

Choreoterapia z elementami muzykoterapii jako narzędzie wspierające rehabilitację psychoruchową i społeczną osób ze specjalnymi potrzebami - szkolenie kończące się egzaminem

Numer usługi 2026/07/02/200680/3666495

📍 Dębica

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 36:00 h

📅 29.09.2026 do 16.10.2026

6 660,00 PLN brutto

6 660,00 PLN netto

185,00 PLN brutto/h

185,00 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do kadr pracujących z osobami ze specjalnymi potrzebami (w tym w placówkach takich jak WTZ, ŚDS, DPS, ZAZ oraz szkołach specjalnych i integracyjnych), a w szczególności do:

- terapeutów zajęciowych i instruktorów terapii zajęciowej,
- psychologów oraz pedagogów specjalnych,
- terapeutów środowiskowych,
- nauczycieli, wychowawców oraz asystentów pracujących z osobami ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi,
- opiekunów osób z niepełnosprawnościami szukających nowoczesnych, nefarmakologicznych metod wspierania rehabilitacji psychoruchowej i społecznej.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

28-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego projektowania, adaptowania oraz prowadzenia zajęć terapeutycznych i rehabilitacyjnych z wykorzystaniem metod choreoterapii (w tym metody tańca kreatywnego Marii Speth oraz tańców świata) i elementów muzykoterapii w pracy z osobami ze specjalnymi potrzebami (w tym z różnymi rodzajami niepełnosprawności).

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji	
Dobiera metody choreoterapeutyczne i muzykoterapeutyczne do zdiagnozowanych potrzeb uczestników ze specjalnymi potrzebami.	Charakteryzuje specyfikę metody tańca kreatywnego Marii Speth oraz tańców świata	Test teoretyczny Wywiad swobodny Test teoretyczny	
	Wskazuje kryteria doboru bodźców dźwiękowych i struktur ruchowych w zależności od profilu uczestników.	Wywiad swobodny	
	Adaptuje ćwiczenia ruchowe i muzyczne do różnych rodzajów niepełnosprawności.	Modyfikuje przebieg ćwiczenia choreoterapeutycznego z uwzględnieniem ograniczeń funkcjonalnych (motorycznych, sensorycznych lub intelektualnych) pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych Wywiad swobodny Test teoretyczny
		Wyjaśnia zasady bezpieczeństwa podczas modyfikacji ćwiczeń.	Obserwacja w warunkach symulowanych Wywiad swobodny
		Test teoretyczny	
Tworzy autorskie scenariusze zajęć terapeutycznych integrujące ruch, muzykę i techniki wyobrażeniowe.	Opracowuje kompletny konspekt zajęć zawierający diagnozę potrzeb, strukturę procesu (wstęp, rozwinięcie, relaksacja) oraz wykaz metod i utworów muzycznych.	Obserwacja w warunkach symulowanych Wywiad swobodny	
		Test teoretyczny	
	Uzasadnia dobór poszczególnych faz scenariusza pod kątem zakładanych celów rehabilitacyjnych.	Obserwacja w warunkach symulowanych Wywiad swobodny	
		Test teoretyczny	

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Prowadzi proces ewaluacji i autorefleksji w odniesieniu do realizowanych zajęć niefarmakologicznych.	Formułuje wskaźniki oceny postępów psychoruchowych i społecznych uczestnika zajęć.	Wywiad swobodny
		Test teoretyczny
	Identyfikuje obszary do modyfikacji w scenariuszu zajęć na podstawie przeprowadzonej symulacji.	Wywiad swobodny
		Test teoretyczny

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

PROGRAM SZKOLENIA:

MODUŁ I. Neurobiologiczne podstawy oddziaływania muzyki i ruchu

Zakres tematyczny :

- muzyka ucieleśniona – ciało jako narzędzie percepcji
- rytm i ruch jako mechanizmy regulacji układu nerwowego,
- wpływ muzyki na emocje, pamięć autobiograficzną i procesy poznawcze,
- znaczenie synchronizacji ruchowej w budowaniu relacji społecznych,
- ruch i taniec jako narzędzia wspierające neuroplastyczność

MODUŁ II. Świadomość ciała, percepcja i regulacja sensoryczna

Zakres tematyczny:

- rozwijanie wiadomości ciała (body awareness),
- percepcja wzrokowa, słuchowa i proprioceptywna,
- orientacja w schemacie ciała,
- ćwiczenia koordynacji bilateralnej,
- integracja sensoryczno-ruchowa,
- rozwijanie równowagi i planowania motorycznego.

Ćwiczenia praktyczne:

- skanowanie ciała,
- ruch inspirowany oddechem,
- ćwiczenia rytmiczne wspierające koordynację,
- praca z rekwizytem.

MODUŁ III. Choreoterapia i taniec kreatywny według Marii Speth

Zakres tematyczny:

- założenia metody Dance Spethers,
- koncepcja „A Motive for Motion” – powód do ruchu,
- rozwijanie kreatywności poprzez ruch,
- pięć kompetencji rozwojowych Marii Speth:

1. Communication – Komunikacja (werbalna i niewerbalna, umiejętność wyrażania siebie poprzez słowo, ruch, gest, mimik i kontakt z innymi)

2. Cognition – Poznanie i rozwój poznawczy (zdobywanie, przetwarzanie i wykorzystywanie wiedzy, rozwijanie procesów poznawczych, myślenia i rozumienia świata)

3. Condition – Kondycja psychofizyczna (sprawność fizyczna, odporność psychiczna, zdrowie, równowaga i dobrostan)

4. Creativity – Kreatywność i twórcze rozwiązywanie problemów (poszukiwanie nowych rozwiązań, elastyczność myślenia, ekspresja twórcza)

5. Curiosity – Ciekawość poznawcza (otwartość na nowe doświadczenia, eksplorowanie, zadawanie pytań, motywacja do uczenia się)

- proces twórczy w tańcu kreatywnym:

Model 5C Marii Speth obejmuje rozwój pięciu kluczowych kompetencji wspierających funkcjonowanie psychospołeczne uczestników: komunikacji, procesów poznawczych, kondycji psychofizycznej, kreatywności oraz ciekawości poznawczej. Kompetencje te wzmacniają samodzielność, sprawczość, umiejętność współpracy oraz zdolność adaptacji do zmieniających się sytuacji życiowych i społecznych.

Fazy procesu kreatywnego

1. Wprowadzenie do tematu.
2. Tworzenie inwentarza ruchowego.
3. Eksperymentowanie.
4. Improwizacja.
5. Prezentacja i refleksja.

Praktyka:

- improwizacja ruchowa,

- tworzenie metafor ruchowych,
- ruch inspirowany obrazem, muzyką i emocjami,
- budowanie własnych mini etiud terapeutycznych.

MODUŁ IV. Metody wyobrazeniowe i techniki uważnościowe w muzykoterapii

Zakres tematyczny:

- wizualizacja kierowana muzyką,
- relaksacja aktywna i pasywna,
- trening uważności w ruchu,
- praca z metaforą i obrazem wewnętrznym,
- techniki wspierające regulację emocji,
- muzyka w redukcji napięcia i stresu.

Ćwiczenia praktyczne:

- podróż wyobrazeniowa przy muzyce,
- mindful movement,
- trening koncentracji uwagi,
- ćwiczenia zwiększające pojemność uwagi i pamięć roboczą

MODUŁ V. Tańce świata i tańce w kręgu w rehabilitacji społecznej

Zakres tematyczny:

- terapeutyczny potencjał tańców świata,
- taniec jako narzędzie edukacji międzykulturowej,
- tańce integracyjne i wspólnotowe,
- znaczenie kręgu jako przestrzeni bezpieczeństwa i równości,
- budowanie relacji poprzez wspólny rytm i ruch.

Praktyka

Tańce: • greckie, • izraelskie, • bałkańskie, • szkockie, • irlandzkie, • polskie tańce integracyjne.

Efekty terapeutyczne

- wzmacnianie kompetencji społecznych,
- poczucie przynależności
- rozwijanie współpracy,
- redukcja izolacji społecznej,
- budowanie poczucia bezpieczeństwa w grupie.

MODUŁ VI. Dobrostan psychiczny i przeciwdziałanie przeciążeniu opiekunów oraz terapeutów

Zakres tematyczny:

- zasoby osobiste terapeuty,
- ruch i muzyka jako narzędzia autoregulacji,
- profilaktyka wypalenia zawodowego,

- budowanie odporności psychicznej,
- ćwiczenia regeneracyjne możliwe do stosowania w pracy własnej.

MODUŁ VII. Projektowanie zajęć terapeutycznych – warsztat praktyczny

Zakres tematyczny:

- diagnoza potrzeb uczestników,
- dobór metod choreoterapeutycznych,
- adaptacja ćwiczeń do różnych rodzajów niepełnosprawności
- tworzenie scenariuszy zajęć
- ewaluacja procesu terapeutycznego.

Zadanie praktyczne:

Opracowanie autorskiego scenariusza zajęć wykorzystującego:

- choreoterapię • elementy muzykoterapii, • techniki wyobrazeniowe, • taniec kreatywny Marii Speth, • tańce świata, • ćwiczenia wspierające uwagę, koordynację i dobrostan.

Metody pracy:

- wykład interaktywny,
- warsztat doświadczeniowy,
- ćwiczenia indywidualne i grupowe,
- praca z muzyką i ruchem,
- analiza przypadków,
- trening twórczości,
- superwizja mini-projektów.

Cel szkolenia:

Usługa przygotowuje do samodzielnego projektowania, adaptowania oraz prowadzenia zajęć terapeutycznych i rehabilitacyjnych z wykorzystaniem metod choreoterapii (w tym metody tańca kreatywnego Marii Speth oraz tańców świata) i elementów muzykoterapii w pracy z osobami ze specjalnymi potrzebami (w tym z różnymi rodzajami niepełnosprawności). Współczesna rehabilitacja osób z niepełnosprawnościami wymaga stosowania metod angażujących jednocześnie sferę ruchową, emocjonalną, poznawczą i społeczną. Choreoterapia oraz muzykoterapia należą do rekomendowanych metod wspomagających proces rehabilitacji psychospołecznej poprzez wykorzystanie naturalnej potrzeby ruchu, ekspresji oraz komunikacji niewerbalnej. Taniec i muzyka stwarzają warunki do rozwijania świadomości ciała, percepcji sensorycznej, koordynacji ruchowej, koncentracji uwagi, kompetencji społecznych oraz dobrostanu psychicznego. Szczególne znaczenie mają metody twórcze, tym mało znana w Polsce metoda tańca kreatywnego Marii Speth (Dance Spetters), oparta na rozwijaniu kreatywności, ciekawości poznawczej, samodzielności oraz budowaniu poczucia sprawstwa poprzez ruch.

Uczestnik usługi rozwojowej: pozna neuropsychologiczne podstawy oddziaływania muzyki i ruchu, nabeździe umiejętność wykorzystywania technik choreoterapeutycznych w pracy terapeutycznej, pozna metody wyobrazeniowe i wizualizacyjne stosowane w muzykoterapii, nauczy się prowadzić zajęcia rozwijające świadomość ciała i percepcję sensoryczną, rozwinięciem umiejętności wspierania koncentracji, pamięci i pojemności uwagi uczestników terapii, pozna możliwości wykorzystania tańców świata i tańców w kręgu jako narzędzi integracji społecznej, zdobędzie wiedzę dotyczącą metody tańca kreatywnego Marii Speth, nauczy się konstruować scenariusze zajęć terapeutycznych dostosowanych do potrzeb osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności, pozna techniki wspierające dobrostan psychiczny i przeciwdziałającą wypaleniu zawodowemu.

Grupa docelowa szkolenia

Szkolenie skierowane jest do kadr pracujących z osobami ze specjalnymi potrzebami (w tym w placówkach takich jak WTZ, ŚDS, DPS, ZAZ oraz szkołach specjalnych i integracyjnych), a w szczególności do:

- terapeutów zajęciowych i instruktorów terapii zajęciowej,
- psychologów oraz pedagogów specjalnych,
- terapeutów środowiskowych,

- nauczycieli, wychowawców oraz asystentów pracujących z osobami ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi,
- opiekunów osób z niepełnosprawnościami szukających nowoczesnych, niefarmakologicznych metod wspierania rehabilitacji psychoruchowej i społecznej.

Czas trwania Usługi rozwojowej:

38 godzin dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna = 45 minut), w tym 10 godzin teoretycznych, 24 godziny praktyczne i cztery godziny dydaktyczne przeznaczone na egzamin. Przerwy nie wliczają się w czas zajęć.

Warunki organizacyjne szkolenia:

Minimalna liczba uczestników szkolenia to 4 osoba, maksymalna 15.

Kurs realizowany będzie w formie warsztatowej, która zakłada aktywny udział uczestników w szkoleniu oraz realizację licznych ćwiczeń praktycznych. Program ten będzie dostosowany do potrzeb i umiejętności uczestników, z regularną oceną postępów oraz możliwością indywidualnej pomocy w przypadku trudności.

Obowiązkowe dla każdego uczestnika jest uczestnictwo w zajęciach (dopuszczalne jest 20% nieobecności).

Po zakończeniu usługi rozwojowej zostanie przeprowadzona walidacja - wewnętrzny egzamin potwierdzający nabycie kompetencji zawodowych. Każdy uczestnik obowiązkowo musi przystąpić do walidacji.

Zachowane jest rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 42

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 42 Moduł I	Zajęcia	MARTA BERDEL	29-09-2026	08:00	09:30	01:30
2 z 42 -	Przerwa	-	29-09-2026	09:30	10:00	00:30
3 z 42 Moduł I	Zajęcia	MARTA BERDEL	29-09-2026	10:00	11:30	01:30
4 z 42 -	Przerwa	-	29-09-2026	11:30	12:00	00:30
5 z 42 Moduł I	Zajęcia	MARTA BERDEL	29-09-2026	12:00	12:45	00:45
6 z 42 -	Przerwa	-	29-09-2026	12:45	13:00	00:15
7 z 42 Moduł II	Zajęcia	MARTA BERDEL	29-09-2026	13:00	13:45	00:45
8 z 42 Moduł II	Zajęcia	MARTA BERDEL	02-10-2026	08:00	09:30	01:30
9 z 42 -	Przerwa	-	02-10-2026	09:30	10:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 42 Moduł III	Zajęcia	MARTA BERDEL	02-10-2026	10:00	11:30	01:30
11 z 42 -	Przerwa	-	02-10-2026	11:30	12:00	00:30
12 z 42 Moduł III	Zajęcia	MARTA BERDEL	02-10-2026	12:00	12:45	00:45
13 z 42 -	Przerwa	-	02-10-2026	12:45	13:00	00:15
14 z 42 Moduł III	Zajęcia	MARTA BERDEL	02-10-2026	13:00	13:45	00:45
15 z 42 Moduł IV	Zajęcia	MARTA BERDEL	06-10-2026	08:00	09:30	01:30
16 z 42 -	Przerwa	-	06-10-2026	09:30	10:00	00:30
17 z 42 Moduł IV	Zajęcia	MARTA BERDEL	06-10-2026	10:00	11:30	01:30
18 z 42 -	Przerwa	-	06-10-2026	11:30	12:00	00:30
19 z 42 Moduł IV	Zajęcia	MARTA BERDEL	06-10-2026	12:00	12:45	00:45
20 z 42 -	Przerwa	-	06-10-2026	12:45	13:00	00:15
21 z 42 Moduł V	Zajęcia	MARTA BERDEL	06-10-2026	13:00	13:45	00:45
22 z 42 Moduł V	Zajęcia	MARTA BERDEL	09-10-2026	08:00	09:30	01:30
23 z 42 -	Przerwa	-	09-10-2026	09:30	10:00	00:30
24 z 42 Moduł V	Zajęcia	MARTA BERDEL	09-10-2026	10:00	11:30	01:30
25 z 42 -	Przerwa	-	09-10-2026	11:30	12:00	00:30
26 z 42 Moduł VI	Zajęcia	MARTA BERDEL	09-10-2026	12:00	12:45	00:45
27 z 42 -	Przerwa	-	09-10-2026	12:45	13:00	00:15
28 z 42 Moduł VI	Zajęcia	MARTA BERDEL	09-10-2026	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
29 z 42 Moduł VI	Zajęcia	MARTA BERDEL	13-10-2026	08:00	09:30	01:30
30 z 42 -	Przerwa	-	13-10-2026	09:30	10:00	00:30
31 z 42 Moduł VI	Zajęcia	MARTA BERDEL	13-10-2026	10:00	11:30	01:30
32 z 42 -	Przerwa	-	13-10-2026	11:30	12:00	00:30
33 z 42 Moduł VII	Zajęcia	MARTA BERDEL	13-10-2026	12:00	12:45	00:45
34 z 42 -	Przerwa	-	13-10-2026	12:45	13:00	00:15
35 z 42 Moduł VII	Zajęcia	MARTA BERDEL	13-10-2026	13:00	13:45	00:45
36 z 42 Moduł VII	Zajęcia	MARTA BERDEL	16-10-2026	08:00	09:30	01:30
37 z 42 -	Przerwa	-	16-10-2026	09:30	10:00	00:30
38 z 42 Moduł VII	Zajęcia	MARTA BERDEL	16-10-2026	10:00	11:30	01:30
39 z 42 -	Przerwa	-	16-10-2026	11:30	12:00	00:30
40 z 42 -	Walidacja	-	16-10-2026	12:00	13:30	01:30
41 z 42 -	Przerwa	-	16-10-2026	13:30	13:45	00:15
42 z 42 -	Walidacja	-	16-10-2026	13:45	15:15	01:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	36:00
w tym suma godzin zajęć	25:30
w tym suma godzin walidacji	03:00
w tym suma przerw	07:30

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Suma godzin dydaktycznych bez przerw

38:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 660,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 660,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	185,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	185,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	36:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

MARTA BERDEL

Od ponad 20 lat prowadzę działalność szkoleniową, edukacyjną i terapeutyczną, specjalizując się w rozwoju kompetencji osób dorosłych. Moje główne obszary specjalizacji to: andragogika oraz coaching i mentoring w edukacji (pedagogika osób dorosłych), muzykoterapia, choreoterapia, trening umiejętności społecznych oraz terapia środowiskowa.

Prowadzę szkolenia dla nauczycieli, terapeutów, pedagogów, instruktorów terapii zajęciowej, opiekunów, pracowników pomocy społecznej oraz organizacji pozarządowych.

Od 2015 roku prowadzę działalność gospodarczą HOLINGA, realizując szkolenia i warsztaty dla instytucji publicznych, organizacji społecznych oraz placówek edukacyjnych i opiekuńczych. Od 2016 roku współpracuję z Fundacją im. Doktora Piotra Janaszka „Podaj Dalej”, prowadząc specjalistyczne szkolenia z zakresu muzykoterapii i choreoterapii dla osób pracujących z osobami z niepełnosprawnościami. W ciągu ostatnich pięciu lat przeprowadziłam ponad **212 godzin szkoleń** w projektach finansowanych ze środków PFRON. Posiadam również doświadczenie

dydaktyczne zdobyte w szkolnictwie wyższym jako wykładowca i nauczyciel akademicki. Współpracuję m.in. z PSONI, organizacjami działającymi na rzecz osób z chorobą Parkinsona, centrami senioralnymi, UNHCR, IOM Poland oraz jednostkami samorządu terytorialnego. W swojej pracy łączę wiedzę naukową z praktyką, stosując aktywizujące metody uczenia dorosłych oraz rozwiązania wspierające rozwój zawodowy i społeczny.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają materiały dydaktyczne, tj. notes, długopis.

Warunki uczestnictwa

Nie jest wymagane wylegitymowanie się doświadczeniem. Dana kwalifikacja nie ma założonych kryteriów uczestnictwa oraz wymaganych kwalifikacji poprzedzających udział w usłudze.

Informacje dodatkowe

W przypadku kursów dofinansowanych warunkiem uczestnictwa w kursie jest spełnienie warunków przedstawionych przez danego Operatora, do którego składane będą dokumenty o dofinansowanie usługi rozwojowej.

Usługa rozwojowa jest dostępna dla osób ze szczególnymi potrzebami, czyli tych osób, które ze względu na swoje cechy zewnętrzne lub wewnętrzne lub ze względu na okoliczności, w których się znajdują, muszą podjąć dodatkowe działania lub zastosować dodatkowe środki, w celu przezwyciężenia bariery, aby uczestniczyć w różnych sferach życia, na zasadzie równości z innymi osobami. Realizacja usługi rozwojowej jest zgodna ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021 – 2027.

Adres

Dębica
39-200 Dębica
woj. podkarpackie

Kontakt



DOROTA PODOLEC

E-mail edupodkarpacie@gmail.com

Telefon (+48) 533 433 201