



SIGNA SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

324 oceny

SZKOLENIE: Funkcjonalna terapia narządu ruchu – techniki manualne i aplikacje wspomagające

Numer usługi 2026/07/21/207776/3701261

📍 Olsztyn

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 24:00 h

📅 25.09.2026 do 27.09.2026

5 960,00 PLN brutto

5 960,00 PLN netto

248,33 PLN brutto/h

248,33 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane do fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, studentów fizjoterapii, studentów medycyny, lekarzy, masażyistów, terapeutów manualnych, trenerów personalnych, osób pracujących z ciałem człowieka.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	24-09-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do samodzielnego wykorzystywania technik masażu tkanek głębokich oraz kinesiotapingu w terapii i profilaktyce dysfunkcji narządu ruchu. W trakcie szkolenia uczestnicy rozwiną umiejętność przeprowadzania analizy funkcjonalnej, planowania postępowania terapeutycznego oraz wykonywania zabiegów z wykorzystaniem nowoczesnych metod terapii manualnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
1. Charakteryzuje podstawy masażu tkanek głębokich oraz zasady jego stosowania. 2. Wykonuje masaż tkanek głębokich obręczy barkowej i kończyny górnej. 3. Wykonuje masaż tkanek głębokich obręczy biodrowej oraz kończyny dolnej.	• wyjaśnia mechanizm działania masażu tkanek głębokich na tkanki miękkie; • rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do terapii; • omawia różnice pomiędzy masażem klasycznym a masażem tkanek głębokich. • lokalizuje najważniejsze struktury anatomiczne; • dobiera techniki terapeutyczne do celu zabiegu; • zachowuje prawidłową ergonomię pracy i odpowiednią siłę nacisku. • identyfikuje struktury mięśniowe i powięziowe kończyny dolnej; • stosuje techniki zmniejszające napięcia mięśniowo-powięziowe; • dostosowuje przebieg terapii do potrzeb pacjenta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych
4. Wykonuje terapię tkanek głębokich w obrębie kręgosłupa.	• lokalizuje obszary zwiększonego napięcia tkanek; • stosuje techniki poprawiające ruchomość i elastyczność tkanek; • ocenia reakcję pacjenta i modyfikuje technikę terapii.	Obserwacja w warunkach symulowanych
5. Posługuje się wiedzą z zakresu kinesiotapingu. 6. Wykonuje aplikacje kinesiotapingu na wybranych obszarach ciała. 7. Ocenia skuteczność zastosowanych technik terapeutycznych.	• wyjaśnia zasady działania aplikacji kinesiotapingu; • wskazuje zastosowania i ograniczenia tej metody; • rozróżnia podstawowe rodzaje aplikacji terapeutycznych. • przygotowuje skórę oraz materiał do aplikacji; • wykonuje aplikację zgodnie z zasadami technicznymi; • dobiera rodzaj aplikacji do problemu funkcjonalnego pacjenta. • analizuje efekty masażu lub aplikacji taśm; • identyfikuje potrzebę modyfikacji postępowania terapeutycznego; • uzasadnia dobór zastosowanych metod pracy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
8. Stosuje zasady bezpieczeństwa, higieny i komunikacji podczas prowadzenia terapii.	• przygotowuje stanowisko zgodnie z zasadami ergonomii i higieny; • komunikuje się z pacjentem w sposób zapewniający komfort terapii; • przestrzega zasad etyki zawodowej i bezpieczeństwa wykonywania zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie łączy część teoretyczną z intensywnymi zajęciami praktycznymi. Program koncentruje się na zastosowaniu masażu tkanek głębokich oraz kinesiotapingu w pracy z pacjentami z dysfunkcjami narządu ruchu. Uczestnicy uczą się prawidłowej oceny funkcjonalnej, rozpoznawania napięć mięśniowo-powięziowych oraz doboru odpowiednich technik terapeutycznych dostosowanych do potrzeb pacjenta. Zajęcia praktyczne prowadzone są na modelach i obejmują pracę na poszczególnych obszarach ciała z zachowaniem zasad ergonomii, bezpieczeństwa i komfortu pacjenta.

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych w tym: (szkolenie 20 godz+ 3 godz przerwy + 1 godz walidacja). W trakcie szkolenia zaplanowane są przerwy, które wliczają się w czas trwania usługi. Uczestnik podczas przerwy może odbyć indywidualne konsultacje z osobą prowadzącą szkolenie. Czas walidacji wlicza się w czas trwania usługi.

Program szkolenia

DZIEŃ I – Terapia narządu ruchu – kończyna górna

Blok teoretyczny (120 min)

- założenia terapii tkanek głębokich,

- wpływ terapii na układ mięśniowy i powięziowy,
- anatomia funkcjonalna wykorzystywana w terapii,
- wskazania oraz przeciwwskazania do wykonywania zabiegu,
- różnice pomiędzy masażem klasycznym a terapią tkanek głębokich.

Warsztaty praktyczne – obręcz barkowa (120 min)

- palpacja struktur anatomicznych,
- techniki pracy z obręczą barkową,
- terapia ograniczeń ruchomości,
- rozluźnianie tkanek miękkich.

Warsztaty praktyczne – kończyna górna (180 min)

- techniki pracy z ramieniem,
- terapia przedramienia i dłoni,
- opracowanie najczęściej przeciążanych struktur,
- dobór siły nacisku do potrzeb pacjenta.

DZIEŃ II – Terapia narządu ruchu – kończyna dolna i kręgosłup

Warsztaty praktyczne – obręcz biodrowa (120 min)

- ocena funkcjonalna obręczy biodrowej,
- terapia mięśni biodrowo-lędźwiowych,
- praca z mięśniami pośladkowymi,
- techniki uwalniania napięć powięziowych.

Warsztaty praktyczne – udo i podudzie (120 min)

- terapia mięśni uda,
- opracowanie mięśni podudzia,
- techniki wykorzystywane u osób aktywnych fizycznie oraz pacjentów z ograniczeniami funkcjonalnymi.

Warsztaty praktyczne – kręgosłup (180 min)

- opracowanie odcinka szyjnego,
- terapia odcinka piersiowego,
- techniki stosowane w odcinku lędźwiowym,
- poprawa ruchomości oraz redukcja napięć mięśniowo-powięziowych.

DZIEŃ III – Kinesiotaping

Blok teoretyczny (120 min)

- zasady działania kinesiotapingu,
- właściwości taśm terapeutycznych,
- wskazania i przeciwwskazania,
- rodzaje aplikacji.

Warsztaty praktyczne – obręcz barkowa i kończyna górna (120 min)

- aplikacje mięśniowe,
- aplikacje stabilizacyjne,
- techniki wspomagające regenerację.

Warsztaty praktyczne – kompleks lędźwiowo–miedniczno–biodrowy i kończyna dolna (120 min)

- aplikacje dla biodra,

- aplikacje dla kolana,
- aplikacje dla stawu skokowego,
- dobór rodzaju aplikacji do problemu funkcjonalnego.

Walidacja (60 min)

- test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie,
- obserwacja w warunkach symulowanych: wykonanie zadania praktycznego ocenianego przez osobę walidującą.
- Walidacja prowadzona jest przez osobę nieuczestniczącą w procesie szkolenia, zgodnie z zasadą rozdzielania procesu kształcenia od procesu oceny efektów uczenia się.

Informacja o metodach szkoleniowych

Podczas szkolenia wykorzystywane są różnorodne metody dydaktyczne umożliwiające zdobycie zarówno wiedzy teoretycznej, jak i praktycznych umiejętności. Zajęcia prowadzone są w formie wykładu, pokazu, ćwiczeń praktycznych, pracy w parach, dyskusji oraz analizy przypadków klinicznych. Uczestnicy wykonują ćwiczenia pod nadzorem prowadzącego z wykorzystaniem profesjonalnego wyposażenia. Podczas zajęć praktycznych uczestnicy pracują w parach.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Terapia narządu ruchu – kończyna górna Blok teoretyczny	Zajęcia	Dominik Sitarski	25-09-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 16 -	Przerwa	-	25-09-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 16 Warsztaty praktyczne – obręcz barkowa	Zajęcia	Dominik Sitarski	25-09-2026	11:30	13:30	02:00
4 z 16 -	Przerwa	-	25-09-2026	13:30	14:00	00:30
5 z 16 Warsztaty praktyczne – kończyna górna	Zajęcia	Dominik Sitarski	25-09-2026	14:00	17:00	03:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 16 Terapia narządu ruchu – kończyna dolna i kręgosłup Warsztaty praktyczne – obręcz biodrowa	Zajęcia	Dominik Sitarski	26-09-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 16 -	Przerwa	-	26-09-2026	11:00	11:30	00:30
8 z 16 Warsztaty praktyczne – udo i podudzie	Zajęcia	Dominik Sitarski	26-09-2026	11:30	13:30	02:00
9 z 16 -	Przerwa	-	26-09-2026	13:30	14:00	00:30
10 z 16 Warsztaty praktyczne – kręgosłup	Zajęcia	Dominik Sitarski	26-09-2026	14:00	17:00	03:00
11 z 16 Kinesiotaping Blok teoretyczny	Zajęcia	Dominik Sitarski	27-09-2026	09:00	11:00	02:00
12 z 16 -	Przerwa	-	27-09-2026	11:00	11:30	00:30
13 z 16 Warsztaty praktyczne – obręcz barkowa i kończyna górna	Zajęcia	Dominik Sitarski	27-09-2026	11:30	13:30	02:00
14 z 16 -	Przerwa	-	27-09-2026	13:30	14:00	00:30
15 z 16 Warsztaty praktyczne – kompleks lędźwiowo–miedniczo–biodrowy i kończyna dolna	Zajęcia	Dominik Sitarski	27-09-2026	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 16 -	Walidacja	-	27-09-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	20:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	03:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	28:00

Cennik

Cennik

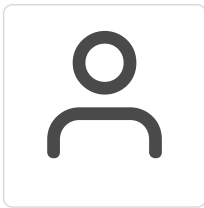
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 960,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 960,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	248,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	248,33 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	24:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominik Sitarski

Absolwent Olsztyńskiej Szkoły Wyższej im. Józefa Rusieckiego w Olsztynie. Od 15 lat pracuje z dziećmi, młodzieżą oraz dorosłymi w zakresie diagnostyki i terapii wad postawy ciała, fizjoterapii po urazach narządu ruchu, zabiegach ortopedycznych oraz w terapii dolegliwości bólowych kręgosłupa. Od 2013 roku wykładowca kierunku Fizjoterapia Olsztyńskiej Szkoły Wyższej obecnie Europejskiej Akademii Medycznych i Społecznych Nauk Stosowanych a od 2023 pracownik dydaktyczny na kierunku Fizjoterapia Szkoły Zdrowia Publicznego Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, kształci studentów w zakresie anatomii palpacyjnej, biomechaniki, kinezyterapii, masażu oraz podstaw terapii manualnej.

Uczestnik licznych szkoleń i kursów m.in.: Anatomii palpacyjnej, Terapii Manualnej - system niemiecki, FDM czy metody McKenziego.

Członek I-ej Krajowej Rady Fizjoterapeutów z woj. Warmińsko-Mazurskiego.

W swojej codziennej pracy w gabinecie poza diagnostyką, pracą manualną czy kinezyterapią skupia się również na fizjoprofilaktyce oraz edukacji pacjenta. Posiada doświadczenie zawodowe nie krótsze niż 5 lat przed publikacją usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik podczas szkolenia otrzymuje materiały dydaktyczne w formie skryptu (wydruk prezentacji). Podczas zajęć praktycznych Uczestnik korzysta z wyposażenia sali. Organizator zapewnia sprzęt siłowy i treningowy niezbędny do ćwiczeń, stoły do masażu, taśmy do kinesiotapingu, materiały higieniczne.

Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych warunkiem uczestnictwa w szkoleniach jest założenie przez Uczestnika konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz spełnienie warunków, które są przedstawione przez danego Operatora, do którego składane są dokumenty o dofinansowanie do usługi rozwojowej.

Warunkiem ukończenia szkolenia (a zarazem otrzymania zaświadczenia o ukończeniu) jest frekwencja na poziomie minimum 80%.

Usługa zwolniona z VAT na podstawie §3 ust.1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20

grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług w związku z art. 43 ust.1 pkt 29 i

art. 82 ust. 3 ustawy o VAT.

Dostawca usługi codziennie prowadzi listę obecności.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF ani w jakimkolwiek Regionalnym Programie lub FERS, ani przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie lub swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, uczestnikom szkolenia, kosztów dojazdu oraz zakwaterowania.

Adres

Olsztyn 16

10-006 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

ul. Seweryna Pieniężnego16, piętro 1

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Magdalena Łoza

E-mail szkoleniasigna@gmail.com

Telefon (+48) 666 610 564