



# REHAINTEGRO

## **PROGRAM KSZTAŁCENIA USTAWICZNEGO**

**Nazwa realizatora kształcenia ustawicznego:** Rehaintegro sp. z o.o. sp. k.

**Adres siedziby:** ul. Macieja Palacza 111B/12, 60-273 Poznań

**Nr telefonu:** 881 439 678, **adres e-mail:** kursyrehaintegro@gmail.com

**NIP:** 7792482170 **REGON:** 369475154

**Dokument, na podstawie którego instytucja prowadzi pozaszkolne formy kształcenia:**

Wpis do KRS, Numer KRS: 0000718572

Wpis do RiS – prowadzony przez Wojewódzki Urząd Pracy w Poznaniu nr 2.30/00034/2017 z dn. 14.02.2017

**PKD:**

85, 41, Z, SZKOŁY POLICEALNE

7 85, 42, B, SZKOŁY WYŻSZE

8 85, 59, B, POZOSTAŁE POZASZKOLNE FORMY EDUKACJI, GDZIE INDZIEJ NIESKLASYFIKOWANE

9 85, 60, Z, DZIAŁALNOŚĆ WSPOMAGAJĄCA EDUKACJĘ

**Certyfikat jakości usług:** S.U.S 2.0

**Rodzaj dokumentów potwierdzających ukończenie kształcenia i uzyskanie kwalifikacji:**  
certyfikat ukończenia kursu wg własnego wzoru

**Nazwa usługi w ramach kształcenia ustawicznego:** kurs „PNF Podstawowy”

**Ilość godzin kształcenia:** 100/45 min

**Cena:** 4200 zł netto / za jednego uczestnika (cztery tysiące dwieście złotych netto)

**Koszt godziny lekcyjnej:** 42 zł netto (czterdzieści dwa złote 00/100)

**Wymagania wstępne dla uczestników kształcenia:** kurs przeznaczony jest dla: fizjoterapeutów, lekarzy.

**Wykaz literatury oraz materiałów dydaktycznych:** Podczas pierwszego dnia szkolenia, każdy uczestnik otrzyma skrypt, natomiast po zakończeniu I tygodnia zajęć, zyskuje dostęp do zasobów video w ramach platformy e-learningowej, która pozwala na bieżącą powtórkę zdobytej wiedzy. Kursanci – pod okiem instruktora prowadzącego – mają możliwość indywidualnej pracy z pacjentem. Po zakończeniu kursu podstawowego, uczestnicy szkolenia dołączają do Akademii Terapii Funkcjonalnej – zamkniętej grupy na Facebooku, przeznaczonej dla absolwentów. Można tam znaleźć dodatkowe materiały oraz bieżące informacje na temat konsultacji pacjentów on-line a także nowości ze świata PNF. Platforma umożliwi również dzielenie się wiedzą i zdobytym doświadczeniem. Po zakończonym kursie uczestnicy szkolenia otrzymują Certyfikat ukończenia szkolenia PNF Podstawowy, który jest



# REHAINTEGRO

akredytowany przez IPNFA – międzynarodową organizację regulującą proces rozwoju i kształcenia w koncepcji PNF.

**Sposób i forma zaliczenia:** brak egzaminu, formą zaliczenia szkolenia jest uczestnictwo w przynajmniej 80 % szkolenia

**Cel edukacyjny:** Kurs „PNF Podstawowy” przygotowuje do planowania i przeprowadzania terapii pacjentów dotkniętych schorzeniami ortopedycznymi i neurologicznymi, zgodnie z wytycznymi ICF.

**Nabyte kompetencje i umiejętności:** Uczestnik szkolenia omawia historię oraz główne procedury i wzorce PNF; buduje plan terapii zgodny z wytycznymi ICF; analizuje problemy funkcjonalne, dostosowując do nich formę terapii aktywności dnia codziennego pacjenta; przeprowadza terapię pacjentów neurologicznych i ortopedycznych; stosuje techniki: rytmicznego pobudzania ruchu, kombinacji skurczów izotonicznych, stabilizacji zwrotnej, hold-relax, contract relax; dzieli się zdobytymi doświadczeniami w życiu zawodowym, w zgodzie z kodeksem etyki.

## **Program kształcenia:**

Czas: 10 dni (dwa zjazdy po 5 dni)

Kurs odbywa się pod patronatem IPNFA [[www.IPNFA.org](http://www.IPNFA.org)]

W trakcie szkolenia uczestnik kursu zdobędzie wiedzę, w jaki sposób:

badać pacjentów i budować plan terapii zgodny z wytycznymi ICF (Międzynarodowej Klasyfikacji Funkcjonowania stworzonej przez WHO)

analizować problemy funkcjonalne, czyli jak prowadzić terapię aktywności dnia codziennego pacjenta (chód, pozycja siedząca, aktywność na macie, funkcje życiowe itp.)

prowadzić terapię pacjentów ortopedycznych i neurologicznych.

Ćwiczenia praktyczne podczas kursu odbywają się w parach.

## **PROGRAM:**

### **ZJAZD 1**

#### **DZIEŃ 1**

8:00-10:00

Przywitanie, Przegląd programu szkolenia.

Historia PNF. Filozofia PNF.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Zasady i procedury główne PNF.

Wprowadzenie do wzorców PNF. Wzorce łopatk.

Technika rytmiczne pobudzanie ruchu.

12:15-13:00 PRZERWA



# REHAINTEGRO

13:00-15:00

Wzorce łopatki – kontynuacja.

Technika: rytmiczne pobudzanie ruchu.

15:00-15:15 PRZERWA

15:15-17:15

Wzorce miednicy z techniką kombinacja skurczów izotonicznych.

Wprowadzenie do pracy na macie; Rolling.

Podsumowanie pierwszego dnia kursu.

## DZIEŃ 2

8:00-10:00

Powtórka wzorców łopatki i miednicy z technikami rytmicznego pobudzania ruchu oraz kombinacja skurczów izotonicznych.

Kombinacja wzorców łopatki i miednicy- symetryczne i asymetryczne.

Aktywności na macie; progresja z leżeniem tyłem; pozycja haka, mostek, leżenie bokiem, siad prosty.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Wprowadzenie do wzorców kończyny górnej. Kończyna górna: zgięcie/odwiedzenie/rotacja zewnętrzna; wyprost/przywiedzenie/rotacja wewnętrzna.

Technika – dynamiczna zwrotność ciągła.

Demonstracja pacjenta.

12:15-13:00 PRZERWA

13:00-15:00

Demonstracja pacjenta – omówienie.

Wzorce kończyny górnej:

zgięcie/odwiedzenie/rotacja zewnętrzna ze zgięciem łokcia;

wyprost/przywiedzenie/rotacja wewnętrzna z wyprostem łokcia.

15:00-15:15 PRZERWA

15:15-17:15

Wzorce kończyny dolnej;

zgięcie/przywiedzenie/rotacja zewnętrzna ze zgięciem kolana;

wyprost/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna z wyprostem kolana;

zgięcie/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna ze zgięciem kolana;

wyprost/przywiedzenie/rotacja wewnętrzna z wyprostem kolana;

Podsumowanie drugiego dnia kursu.



# REHAINTEGRO

## **DZIEŃ 3**

8:00-10:00

Powtórka wzorców kończyny górnej i kończyny dolnej z dnia 2.

Praca na macie – progresja z leżeniem przodem – podpór na przedramionach, technika: stabilizacja zwrotna.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Progresja z leżeniem przodem, ciąg dalszy – pozycja amphibi, pozycja czworaczka, klęk prosty, siad klęczny, klęk jednonóż, wstawanie z podłogi, wstawanie „niedźwiedzia”.

12:15-13:00 PRZERWA

13:00-15:00

Techniki – wykład.

Kończyna górna: zgięcie/odwiedzenie/rotacja zewnętrzna z wyprostem łokcia; wyprost/przywiedzenie/rotacja wewnętrzna ze zgięciem łokcia.

15:00-15:15 PRZERWA

15:15-17:15

Techniki: hold-relax, contract relax; warsztaty – rozwiązywanie problemów klinicznych.

## **DZIEŃ 4**

8:00-10:00

Powtórka wzorców kończyny dolnej i kończyny górnej.

Wprowadzenie do tematu „Chód”. Terapia w siadzie. Technika rytmiczna stabilizacja.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Rocking miednicy, scooting. Przejście z siadu do stania.

Demonstracja pacjenta.

12:15-13:00 PRZERWA

13:00-15:00

Przejście z siadu do stania, aktywności w chodzie: aproksymacja w staniu; przenoszenie ciężaru ciała; wykrok.

15:00-15:15 PRZERWA

15:15-17:15



# REHAINTEGRO

Podkreślenie fazy podporu – blokowanie skrzyżne, stanie jednoonóż, krok. Torowanie chodu od przodu, od tyłu, wysokie kroki.

Podsumowanie dnia.

## **DZIEŃ 5**

8:00-10:00

Wzorce głowy w siadzie. chopping; lifting.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Wzorce kończyny górnej: zgięcie/przywiedzenie/rotacja zewnętrzna; wyprost/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna; zgięcie/przywiedzenie/rotacja zewnętrzna ze zgięciem łokcia; wyprost/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna z wyprostem łokcia; Podsumowanie pierwszego tygodnia. Zadania domowe.

## **ZJAZD 2**

### **DZIEŃ 1**

8:00-10:00

Przywitanie, wymiana doświadczeń, życzenia, pytania; Ocena pacjenta i budowa planu terapii zgodna z ICF; powtórka zasad głównych z wzorcami łopatki, miednicy, kończyn dolnych i górnych. Techniki rytmiczne pobudzanie ruchu, kombinacja skurczów izotonicznych.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Wzorce kończyny górnej: Zgięcie/przywiedzenie/rotacja zewnętrzna z wyprostem łokcia; Wyprost/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna ze zgięciem łokcia;

12:15-13:00 PRZERWA

13:00-15:00

Wzorce kończyny górnej z technikami dynamiczna zwrotność ciągła oraz ze zmianą normalnej kolejności ruchu.

Karta badania pacjenta.

15:00-15:15 PRZERWA

15:15-17:15

Terapia pacjentów.

Pytania do terapii pacjentów. Podsumowanie dnia.



## DZIEŃ 2

8:00-10:00

Aktywności na macie – powtórka, technika stabilizacja zwrotna, rytmiczna stabilizacja.  
Warsztaty – rozwiązywanie problemów klinicznych.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Tułów – bilateralne zgięcie kończyn dolnych; wzorce bilateralne kończyn górnych, zgięcie tułowia w siadzie,

12:15-13:00 PRZERWA

13:00-15:00

Wzorce kończyny dolnej: Wyprost/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna ze zgięciem kolana;  
Zgięcie/przywiedzenie/rotacja zewnętrzna z wyprostem kolana;  
Wyprost/przywiedzenie/rotacja zewnętrzna ze zgięciem kolana/  
zgięcie/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna z wyprostem kolana.

15:00-15:15 PRZERWA

15:15-17:15

Terapia pacjentów.  
Demonstracja pacjentów, pytania do terapii pacjentów.

## DZIEŃ 3

8:00-10:00

Chód: powtórka z tygodnia pierwszego. Podkreślenie fazy przenoszenia; chód bokiem; przeplatanka.

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Chód tyłem; terapia na schodach\*

12:15-13:00 PRZERWA

13:00-15:00

Wzorce kończyn dolnych: Wyprost/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna;  
Zgięcie/przywiedzenie/rotacja zewnętrzna; Wyprost/ przywiedzenie/rotacja zewnętrzna;  
Zgięcie/odwiedzenie/rotacja wewnętrzna.  
Techniki: trzymaj-rozluźnij, napnij-rozluźnij.

15:00-15:15 PRZERWA



# REHAINTEGRO

15:15-17:00

Terapia pacjentów.

Demonstracja pacjentów. Pytania do terapii.

## **DZIEŃ 4**

8:00-10:00

Wzorce kończyn górnych i kończyn dolnych w innych pozycjach: w siadzie, w leżeniu bokiem, pozycja czworaczka;

Techniki: replikacja;

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Wykład i warsztaty kliniczne wybranych jednostek chorobowych.

12:15-13:00 PRZERWA

13:00-15:00

PNF w fazie ostrej. Transfery. Wózek inwalidzki.

15:00-15:15 PRZERWA

15:15 -17:15

Terapia pacjentów.

Ewaluacja terapii pacjentów.

## **DZIEŃ 5**

8:00-10:00

Funkcje życiowe – wykład; PNF torowanie oddechu. PNF i terapia mięśni mimicznych.\*\*

10:00-10:15 PRZERWA

10:15-12:15

Terapia wewnątrz jamy ustnej\*\*

Ewaluacja szkolenia. Zakończenie.

\* Realizacja poszczególnych treści programu może ulec przesunięciu w czasie

\* Materiał należy do programu kursu rozwijającego (level 3), jego realizacja w trakcie kursu podstawowego uzależniona jest od tempa z jakim uczestnicy szkolenia opanują materiał szkolenia podstawowego.

\*\* Materiał należy do programu kursu rozwijającego (level 3), jego realizacja w trakcie kursu podstawowego uzależniona jest od tempa z jakim uczestnicy szkolenia opanują materiał szkolenia podstawowego.