

## **INSTRUKTOR ODNOWY BIOLOGICZNEJ**

**Cel:** Nauczymy Cię nie tylko, jak zrobić tradycyjny masaż czy biomasaż, ale pokażemy Ci także, jak wykonać masaż japoński, chiński, masaż stóp (refleksoterapia). Dowiesz się między innymi, na czym polega trening autogeny Shultza i relaksacja Jacobsona. Nasi wykładowcy przełożą Ci swoją wiedzę na temat ćwiczeń relaksacyjnych z zastosowaniem muzykoterapii, wizualizacji i afirmacji oraz podstawowych metod psychoterapii. Pokażemy Ci, jak promować racjonalne i zdrowe sposoby odżywiania, a także, jak upowszechniać naturalne metody zachowania zdrowia i zdrowego stylu życia.

**Liczba miejsc:** 20 osób

**Ilość godzin:** 286

**Forma organizacyjna:** wykłady i zajęcia praktyczne

**Dokument końcowy:** legitymacja instruktorska

**Wymagane dokumenty:**

1. podanie skierowane do Dyrektora Nauczycielskiego Kolegium w Białymstoku Resocjalizacji, Rewalidacji i Wychowania Fizycznego,
2. kwestionariusz osobowy,
3. zaświadczenie lekarskie pozwalające na udział w kursie doształcającym,
4. oświadczenie o posiadaniu ubezpieczenia od nieszczęśliwych wypadków,
5. ksero świadectwa dojrzałości lub ksero dyplomu ukończenia studiów wyższych,
6. 2 fotografie legitymacyjne,
7. ksero dowodu osobistego,

**Cena kursu:**

**Miejsce zajęć:** ul. Świętojańska 12, 15-082 Białystok

**Program zajęć:**

<b>Lp.</b>	<b>Przedmiot</b>	<b>Razem</b>
<b>1</b>	Anatomia i fizjologia człowieka	35
<b>2</b>	Elementy patologii klinicznej	10
<b>3</b>	Pierwsza pomoc przedlekarska w stanach zagrożenia zdrowia i życia	15

4	Promocja zdrowia i profilaktyka zdrowotna	15
5	Masaż	26
6	Kinezyterapia z elementami metodyki i systematyki ćwiczeń fizycznych	25
7	fizykoterapia i balneoterapia	30
8	Wychowanie fizyczne z gimnastyką	20
9	Dietoprofilaktyka	10
10	Higiena	10
11	Dermatologia	10
12	Podstawy psychologii	10
13	Zajęcia praktyczne-fizykoterapia	50
14	Gimnastyka korekcyjna	20
<b>Razem:</b>		<b>286</b>

