

**Certyfikowane
szkolenie online**

28 MAJA 2024

Lekkoatletyka - pierwszy krok

Koszt: 109zł

PIOTR BORA



Lekkoatletyka jest jedną z najstarszych dyscyplin sportu. Zawiera podstawowe formy ruchu, takie, jak bieg, skok, rzut. Zastosowanie ich, podczas lekcji wychowania fizycznego sprawia, że uczniowie nabywają nowe umiejętności ruchowe. Wykorzystywane są one również w innych dyscyplinach sportu.

ADRESAT

Szkolenie przeznaczone jest dla nauczycieli, instruktorów oraz trenerów, prowadzących zajęcia w ramach lekcji wychowania fizycznego oraz różnych programów sportowych.

CEL

Doskonalenie wiedzy teoretycznej oraz umiejętności praktycznych z zakresu prowadzenia zajęć z lekkoatletyki.

TEMATYKA

1. Podstawowe informacje o dyscyplinie.
2. Technika i metodyka nauczania wybranych konkurencji:
 - biegi krótkie
 - skok w dal
 - rzut piłeczką palantową
3. Błędy w technice wybranych konkurencji oraz sposoby ich korygowania.
4. Wykorzystanie sprzętu zastępczego do nauczania niektórych konkurencji.
5. Podstawowe wiadomości o organizacji i rozgrywaniu wybranych konkurencji.

FORMA

Szkolenie online

DATA/ CZAS TRWANIA

28.05.2024 (wtorek), godz. 18:30-21:00

KOSZT

109 zł

Liczba miejsc ograniczona

O szkoleniowcu:



dr Piotr Bora

- Doktor nauk o kulturze fizycznej, trener klasy mistrzowskiej (lekkoatletyka), ICCECoach Developer
- Trener-wykładowca Polskiego Związku Lekkiej Atletyki oraz Akademii Trenerskiej Instytutu Sportu
- Trener-konsultant przygotowania motorycznego w zespołowych grach sportowych oraz sportach indywidualnych
- Wychowawca olimpijczyków, medalistów mistrzostw Europy i świata oraz rekordzistów Polski w różnych kategoriach wieku w lekkoatletyce
- Trener reprezentacji Polski na wielu imprezach międzynarodowych (m.in. igrzyska olimpijskie, mistrzostwa świata, mistrzostwa Europy)
- Wykładowca na kursach/szkoleniach instruktorskich oraz trenerskich z zakresu teorii i metodyki lekkoatletyki, teorii sportu, teorii i metodyki treningu sportowego, przygotowania motorycznego oraz treningu personalnego
- Wykładowca na konferencjach międzynarodowych dotyczących teorii, metodyki i praktyki treningu sportowego
- Autor oraz współautor ponad 140 publikacji naukowych i dydaktycznych, wydanych w kraju i za granicą

ZGŁOSZENIA

28.05.2024 (wtorek), godz. 18:30-21:00-><https://forms.gle/Q2wWo3b33enRJa6z6>

1. Zapisz się na szkolenie.
2. Dokonaj opłaty.
3. Dzień przed szkoleniem otrzymasz link.

REGULAMIN

POLITYKA PRYWATNOŚCI

WYDARZENIE FACEBOOK

INFORMACJE O INNYCH SZKOLENIACH

UWAGI

1. Link do webinaru zostanie udostępniony na adres e-mail, z którego zostało wysłane zgłoszenie, najpóźniej dzień dni przed rozpoczęciem:
 - a) po dokonaniu opłaty (osoby prywatne)
 - b) po podaniu pełnych danych do faktury (osoby pracujące w szkołach, klubach sportowych lub innych instytucjach)
2. Faktury dla szkół, klubów sportowych lub instytucji, płatne do 14 dni po zakończeniu szkolenia.
3. Uczestnicy otrzymują (w formie elektronicznej) **certyfikat** oraz **materiały**, w tym **metodykę nauczania konkurencji** prezentowanych podczas szkolenia.