

**Certyfikowane
szkolenie online**

**16 marca 2022
22 marca 2022**

Lekkoatletyka - pierwszy krok

Koszt: 79zł

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

16.03.22 (środa), godz. 17:00-19:30

22.03.22 (wtorek), godz. 18:00-20:30

KOSZT

79 zł

Ilość miejsc ograniczona

O szkoleniowcu:



dr Piotr Bora

- Doktor nauk o kulturze fizycznej, trener klasy mistrzowskiej (lekkoatletyka), ICCE Coach 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

16.03.22 (Środa), godz. 17:00-19:30 <https://forms.gle/Qw42mUZyYUaBDshK9>

22.03.22 (wtorek), godz. 18:00-20:30 <https://forms.gle/fvYfhq4zeNDoxtbL9>

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

REGULAMIN

https://drive.google.com/file/d/1P29_2RVQ6au8mHeJFmbjeVR04S2wkjNb/view?usp=sharing

POLITYKA PRYWATNOŚCI

<https://drive.google.com/file/d/1i6-ZU7KwRVR5bDK1RRpTOG8FHRJmL7PL/view?usp=sharing>

WYDARZENIE NA FACEBOOKU

<https://www.facebook.com/events/1028302121083572>

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 **certyfikat** oraz **materiały szkoleniowe** (w formie elektronicznej), przygotowane przez wykładowcę.