

**Certyfikowane
szkolenie online**

14.12.2020

TRENING MOTORYKI MŁODEGO ZAWODNIKA

PIOTR BORA



Przygotowanie motoryczne jest jednym z najważniejszych czynników warunkujących wynik w wielu dyscyplinach sportu. Właściwy dobór metod, form oraz środków treningowych, warunkuje prawidłowy rozwój sportowy. Warto o tym pamiętać przygotowując program treningu dla młodych zawodników.

ADRESAT

Nauczyciele, instruktorzy oraz trenerzy, prowadzący treningi grup młodzieżowych w klubach sportowych oraz w ramach różnych programów sportowych.

CEL

Doskonalenie wiedzy teoretycznej oraz umiejętności praktycznych z zakresu prowadzenia zajęć kształtujących zdolności motoryczne młodego sportowca.

TEMATYKA

1. Rola i miejsce motoryki w treningu młodego sportowca.
2. Uwarunkowania treningu motoryki.
3. Środki treningowe w kształtowaniu zdolności motorycznych dzieci i młodzieży.
4. Kontrola poziomu motoryki - testy.
5. Przykłady rozwiązań praktycznych treningu motoryki młodych zawodników.

FORMA

Webinar/szkolenie online

DATA/ CZAS TRWANIA

14.12.2020 (poniedziałek) godz. 18:30-21:00

KOSZT

99 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

14.12.2020 <https://forms.gle/NWRyU8UTt3gST9Dr9>

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

REGULAMIN

<https://docs.google.com/document/d/1KoRobrPZp1qvSYCDoFZv5zaU5xiMVv-sOr6ONhR2XZM/edit?usp=sharing>

WYDARZENIA FACEBOOK

<https://www.facebook.com/events/2112348662229305>

UWAGI

- 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)
- Faktury dla szkół, klubów sportowych lub instytucji, płatne do 14 dni po zakończeniu szkolenia
- Uczestnicy otrzymują **certyfikat** oraz **materiały szkoleniowe** (w formie elektronicznej), przygotowane przez wykładowcę