

***Darmowe
szkolenie***

13 września 2023

15 września 2023

Letnie Zgrupowania Młodych Sportowców

PIOTR BORA



Zgrupowania sportowe są integralną częścią składową systemu szkolenia w różnych dyscyplinach, czy konkurencjach sportowych.

W przypadku młodych sportowców należy pamiętać, że intensyfikacja procesu szkolenia sportowego, nie jest ich jedynym celem.

ADRESAT

Trenerzy, instruktorzy oraz nauczyciele, prowadzący zajęcia w klubach sportowych oraz w ramach różnych programów sportowych.

CEL

Doskonalenie wiedzy teoretycznej oraz umiejętności praktycznych z zakresu organizacji i prowadzenia szkolenia podczas letnich zgrupowań sportowych.

TEMATYKA

1. Letnie zgrupowania w rocznej strukturze szkolenia sportowego młodzieży.
2. Organizacja zgrupowania sportowego.
3. Budowa i realizacja mikrocyklu treningowego podczas letniego zgrupowania sportowego.
4. Jednostki treningowe – przykłady rozwiązań praktycznych.

FORMA

Szkolenie online

DATA/ CZAS TRWANIA

13.09.23 (środa), godz. 18:30-20:00

15.09.23 (piątek), godz. 19:00-20:30

KOSZT

0 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

13.09.23 (środa), godz. 18:30-20:00 <https://forms.gle/YHbkDFEurfXMgmva7>

15.09.23 (piątek), godz. 19:00-20:30 <https://forms.gle/JG8SxYr4PTG3meBJ7>

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

UWAGI

- Link do webinaru zostanie udostępniony na adres e-mail, z którego zostało wysłane zgłoszenie, najpóźniej dzień dni przed rozpoczęciem.