

LEKKA ATLETYKA

Cel: Podczas kursu przygotowujemy Cię do prowadzenia zajęć lekkoatletycznych głównie z dziećmi i młodzieżą. Zapoznasz się z techniką i metodyką nauczania wszystkich konkurencji lekkoatletycznych, doborem odpowiednich ćwiczeń i metod. Opanujesz także, teoretyczne podstawy treningu lekkoatletycznego.

Liczba miejsc: 15 osób

Ilość godzin: 150

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 dokształcającym,
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: 1 500 zł.

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

Program zajęć: