



Lekkoatletyka
dla każdego!



Wydział Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii
Politechniki Opolskiej

POLITECHNIKA OPOLSKA
WYDZIAŁ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I FIZJOTERAPII
oraz
URZĄD MIASTA OPOLA,
URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA OPOLSKIEGO,
OPOLSKI ZWIĄZEK LEKKIEJ ATLETYKI
organizuje

Konferencję metodyczno – szkoleniową
dla trenerów i instruktorów oraz nauczycieli wychowania fizycznego

SKOKI LEKKOATLETYCZNE

W RAMACH PROGRAMU „LEKKOATLETYKA DLA KAŻDEGO!”

- Termin warsztatów:** 16 listopad 2019 (sobota)
Miejsce warsztatów: Hala Sportowa ul. Prószkowska 76/9a, Opole, II Kampus PO
Koszt uczestnictwa: 100 zł – wpłaty wyłącznie przelewem na rachunek Opolskiego Związku Lekkiej Atletyki nr rachunku: 56 2030 0045 1110 0000 0340 0790
Zgłoszenia: Do 13 listopada, poprzez <https://forms.gle/NGFyHxJpqvtK9gN19>

Program konferencji

Godzina	Temat zajęć
8:00 - 8:45	Przybycie uczestników konferencji - potwierdzenie uczestnictwa
9:00 - 9:20	Przywitanie gości, wprowadzenie do tematyki konferencji – Rafał Tataruch, Janusz Trzepizur
9:20 - 10:30	Podstawy treningu dla dzieci i młodzieży w skokach lekkoatletycznych – Andrzej Lasocki
10:30 - 11:30	Analiza techniki i metodyka nauczania skoku wzwyż techniką flop – Bogumił Mańka
11:30 - 11:45	Przerwa kawowa
Zajęcia praktyczne na hali	
11:45 - 12:15	ABC skoków lekkoatletycznych, wykorzystanie ćwiczeń skocznościowych na lekcji WF i w treningu – Andrzej Saczko, Konrad Owczarek
12:15 - 13:15	Ćwiczenia w doskonaleniu techniki skoku w dal, najczęściej popełniane błędy i sposoby ich korygowania – Leszek Głowacki, Krzysztof Plaskota
13:15 - 14:15	Ćwiczenia w doskonaleniu techniki skoku wzwyż, najczęściej popełniane błędy i sposoby ich korygowania – Bogumił Mańka, Konrad Owczarek
14:15 - 14:30	Zakończenie konferencji i rozdanie certyfikatów

Organizatorzy Konferencji zapraszają do wzięcia udziału w kolejnej edycji konferencji szkoleniowo metodycznej realizowanych cyklicznie przez Wydział Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii w Opolu.

Tym razem tematyka organizowanych konferencji przeznaczona jest *dla nauczycieli wychowania fizycznego oraz instruktorów i trenerów lekkiej atletyki* poszukujących nowych, ciekawych rozwiązań dydaktycznych.

Zapraszamy uczestników do czynnego udziału w zajęciach pokazowych
(prosimy o przyniesienie stroju sportowego).

Każdy uczestnik konferencji otrzyma potwierdzenie uczestnictwa w formie certyfikatu.
ZAPRASZAMY WSZYSTKICH ZAINTERESOWANYCH



1919-2019



Współfinansowane
przez Samorząd
Województwa
Opolskiego