



Koordinator Wojewódzki Programu „MultiSport”
PODKARPACKI WOJEWÓDZKI SZKOLNY ZWIĄZEK SPORTOWY
35-111 Rzeszów, ul. Wyspiańskiego 22
Konto: MILLENNIUM BANK o/Rzeszów 57 1160 2202 0000 0001 9207 1127
NIP 813 - 17 - 21 - 193 REGON 69030872

Podkarpacki Wojewódzki Szkolny Związek Sportowy w Rzeszowie



Uniwersytet Rzeszowski – Wydział Wychowania Fizycznego



zapraszają trenerów realizujących program „MultiSport”
w województwie podkarpackim
na szkolenie z zakresu:

„DIAGNOSTYKA W SPORCIE DZIECI I MŁODZIEŻY”

TERMIN SZKOLENIA:

- **12 grudnia 2015 r. (sobota) , początek godz. 10.00**

MIEJSCE SZKOLENIA:

- **hala sportowa Hotelu „Polonez” w Dębicy, ul. Metalowców 25**

Program „MultiSport” dofinansowany jest ze środków:

Ministerstwa Sportu i Turystyki



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Samorządu Województwa Podkarpackiego



PROGRAM SZKOLENIA:

- **„Samokontrola i samoocena sprawności fizycznej dzieci szkoły podstawowej na przykładzie Indeksu Sprawności Fizycznej K. Zuchory**
 - *dr Krzysztof Warchoń, prof. oświaty*
 - zajęcia praktyczne z wybraną grupą programu Multisport
 - samokontrola sprawności fizycznej
 - interpretacja wyników i samoocena sprawności fizycznej
 - zastosowanie metody programowanego uczenia w procesie edukacji fizycznej
- **„Diagnozowanie sprawności fizycznej dzieci – współczesne kierunki”**
 - *dr hab. Emilian Zadarko, prof. UR*
 - zajęcia praktyczne z wybraną grupą programu Multisport
 - współczesne metody diagnozowania sprawności fizycznej
 - praktyczne przykłady analizy i oceny wybranych elementów sprawności fizycznej
- **„Próba oceny intensywności zajęć z wychowania fizycznego”**
 - *dr hab. Zbigniew Barabasz, prof. UR*
 - zajęcia praktyczne z wybraną grupą programu Multisport
 - analiza intensywności wysiłku fizycznego w trakcie przykładowych zajęć ruchowych
 - różnice w intensywności wysiłku fizycznego w zależności od rodzaju zajęć wychowania fizycznego
- **„Koncepcja sprawności fizycznej dzieci ukierunkowanej na zdrowie (HRF) w szkolnym wychowaniu fizycznym”**
 - *mgr Edyta Nizioł – Babiarz*
 - zajęcia praktyczne z wybraną grupą programu Multisport
 - metody oceny sprawności fizycznej wg koncepcji HRF
 - analiza sprawności fizycznej wg koncepcji HRF
- **"Zdrowie i dobre samopoczucie każdego dnia - czyli nasza codzienna dieta od A do Z"**
 - *mgr Edyta Łuszczki*
 - warsztaty praktyczne
 - dieta zbilansowana dla dzieci o podwyższonej aktywności fizycznej
 - wpływ diety na zdrowie i samopoczucie

Zgłoszenia:

- Zgłoszenia przyjmujemy w biurze PW SZS w Rzeszowie do dnia 8 grudnia br. (osobiście, telefonicznie, e-mailem).
- Koszty konferencji (wynajem sali, wykładowcy, serwis kawowy) pokrywa Operator Wojewódzki (PW SZS) ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki oraz samorządu Województwa Podkarpackiego. Uczestnicy przyjeżdżają na własny koszt.