



## Kurs Instruktorów Tenisa PZT

Numer usługi 2025/03/31/181300/2659943

3 300,00 PLN brutto

3 300,00 PLN netto

31,43 PLN brutto/h

31,43 PLN netto/h

Polska Akademia  
Trenerów i  
Instruktorów Sportu  
GREEN WAY  
SYLWIA SUBIK

Brak ocen dla tego dostawcy

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 105 h

📅 28.04.2025 do 24.05.2025

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Inne / Edukacja
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Kurs przeznaczony jest dla pełnoletnich pasjonatów tenisa, którzy chcą zdobyć tytuł instruktora pod patronatem Polskiego Związku Tenisowego. Najczęściej są to osoby aktywnie grające w tenisa, które chcą rozwijać swoje umiejętności i dzielić się swoją pasją z innymi – np. poprzez prowadzenie zajęć w klubach, szkołkach czy na własnych kortach. Uczestnicy powinni posiadać wykształcenie co najmniej średnie oraz grać na poziomie ITN 6–7. Kurs jest idealny dla osób myślących o przebranżowieniu, pracy w branży sportowej lub chcących sformalizować swoje umiejętności i zdobyć uprawnienia instruktorskie uznawane w całej Polsce i za granicą.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	25-04-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	105
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

# Cel

## **Cel edukacyjny**

Celem kursu jest przygotowanie uczestników do samodzielnego prowadzenia zajęć z tenisa ziemnego w charakterze instruktora sportu, zgodnie ze standardami Polskiego Związku Tenisowego. Kursanci zdobędą wiedzę metodyczną, pedagogiczną i psychologiczną, a także praktyczne umiejętności prowadzenia treningów indywidualnych i grupowych na różnych poziomach zaawansowania. Ukończenie kursu umożliwi uzyskanie tytułu Instruktora Tenisa PZT oraz prowadzenie zajęć w klubach, szkołkach i ośrodkach sportowych

## **Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji**

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Efekty uczenia się:</p> <p><b>Wiedza:</b>            Uczestnik kursu posiada uporządkowaną wiedzę teoretyczną z zakresu metodyki nauczania gry w tenisa, podstaw biomechaniki, anatomii i fizjologii wysiłku fizycznego. Zna zasady planowania i prowadzenia procesu treningowego, podstawy psychologii sportu oraz regulaminy i struktury organizacyjne Polskiego Związku Tenisowego.</p> <p><b>Umiejętności:</b>            Uczestnik potrafi samodzielnie zaplanować i przeprowadzić zajęcia tenisowe z dziećmi, młodzieżą i dorosłymi na poziomie podstawowym i średniozaawansowanym. Potrafi dobrać odpowiednie metody nauczania oraz dostosować ćwiczenia do poziomu grupy. Umie udzielić instruktażu technicznego, ocenić postępy ucznia i odpowiednio reagować na trudności w procesie nauczania.</p> <p><b>Kompetencje społeczne:</b>            Uczestnik jest świadomy roli instruktora jako edukatora i wzoru do naśladowania. Potrafi budować pozytywne relacje z podopiecznymi, pracować zespołowo i komunikować się w sposób jasny i motywujący. Przestrzega zasad etyki instruktorskiej, działa odpowiedzialnie i profesjonalnie w sytuacjach wymagających interwencji czy organizacji zajęć sportowych.</p>	<p>Kryteria weryfikacji efektów uczenia się:</p> <p><b>Wiedza:</b></p> <p>Zdanie testu teoretycznego obejmującego zagadnienia z metodyki nauczania, anatomii, fizjologii, psychologii sportu oraz przepisów gry w tenisa.</p> <p>Aktywność i poprawność odpowiedzi podczas wykładów oraz zajęć teoretycznych.</p> <p>Umiejętność poprawnego opisu struktury szkolenia tenisowego i planowania jednostki treningowej.</p> <p>Umiejętności:</p> <p>Oceniana jakość przeprowadzenia jednostki treningowej podczas egzaminu praktycznego.</p> <p>Umiejętność zastosowania odpowiednich metod i środków treningowych w trakcie zajęć praktycznych.</p> <p>Prawidłowe demonstrowanie technik tenisowych i umiejętność udzielania korekty technicznej uczestnikowi ćwiczeń.</p> <p>Sprawdzian sprawności fizycznej i poziomu gry (ITN 6–7).</p> <p><b>Kompetencje społeczne:</b></p> <p>Obserwacja zachowania uczestnika podczas zajęć grupowych – współpraca, komunikacja, zaangażowanie.</p> <p>Ocena podejścia do pracy z kursantami i przestrzegania zasad etyki instruktorskiej.</p> <p>Umiejętność pracy w zespole oraz radzenia sobie w sytuacjach problemowych podczas symulowanych zajęć.</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

# Kwalifikacje

## Inne kwalifikacje

### Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza uprawnienia do wykonywania zawodu na danym stanowisku (tzw. uprawnienia stanowiskowe) i jest wydawany po przeprowadzeniu walidacji?

Tak, dokument potwierdza uprawnienia do wykonywania zawodu instruktora tenisa oraz jest wydawany po przeprowadzeniu walidacji efektów uczenia się.

### Informacje

<b>Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów</b>	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
<b>Nazwa/Kategoria Podmiotu prowadzącego walidację</b>	Polski Związek Tenisowy
<b>Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR</b>	Nie
<b>Nazwa/Kategoria Podmiotu certyfikującego</b>	Polski Związek Tenisowy
<b>Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR</b>	Nie

## Program

### KURS INSTRUKTORSKI – 105 godzin (zawiera 28 h animatora)

- Metodyka nauczania dzieci. Nauczanie problemowe od początku,
- Nowoczesne programy nauczania tenisa: Play&Stay, Tennis10, TennisXpress,
- Strategia i taktyka,
- Komunikacja,
- Nagrywanie, dogrywanie i dorzucanie piłek, demonstrowanie technik,
- Podstawy programu First Step,
- Zebranie i omówienie workbooków,
- Tennis Xpress,
- Turnieje Tennis 10,
- Zajęcia w dużych grupach.
- Rola i zadania instruktora, rozwój zawodowy w tenisie,
- Schemat nowoczesnego treningu,

- Podstawowe umiejętności taktyczne, techniczne i mentalne,
- Koordynacja jako postawa dla rozwoju techniki,
- Gry i zabawy – połączenie rozwoju motorycznego, mentalnego i technicznego, stosując różne formy zabaw i gier,
- Organizowanie i prowadzenie zajęć na korcie,
- Biomechanika,
- Analiza umiejętności technicznych,
- Metody korygowania błędów,
- Prowadzenie zajęć z dziećmi wg podejścia zintegrowanego z wykorzystaniem nowoczesnych metod,
- Testy umiejętności – mierzenie kompetencji dziecka do przejścia na wyższy poziom,

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	3 300,00 PLN
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	3 300,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	31,43 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	31,43 PLN
<b>W tym koszt walidacji brutto</b>	150,00 PLN
<b>W tym koszt walidacji netto</b>	150,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania brutto</b>	0,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania netto</b>	0,00 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Sylwia Subik

Posiadam wszechstronne wykształcenie pedagogiczno-menedżerskie, które ułatwia mi funkcjonowanie w „biznesie” sportowym. Ukończyłem stacjonarnie Akademię Wychowania Fizycznego w Krakowie i podyplomowo w Poznaniu z tytułem Menedżera Sportu. Zdobyłem także wiedzę w dziedzinie „Zarządzania małymi i średnimi firmami” przy Akademii Ekonomicznej w Krakowie. Posiadam uprawnienia instruktora sportu z tenisa i lekkoatletyki, od 2006 roku jestem członkiem Professional Tennis Registry. Teorię wspieram dwudziestoletnim doświadczeniem w organizowaniu i prowadzeniu zajęć sportowych na różnym poziomie. Stale pogłębiam i zdobywam nową wiedzę. Jeśli podejmuję się nowych wyzwań to zawsze robię to z pasją i pełnym zaangażowaniem, swoim kursantom staram się zawsze przekazać że:

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Osoby uczestniczące w kursie otrzymują materiały szkoleniowe z PZT

### Warunki uczestnictwa

Uczestnicy powinni posiadać wykształcenie co najmniej średnie oraz grać na poziomie ITN 6–7.

## Adres

al. Aleja Jana Pawła II 37

31-864 Kraków

woj. małopolskie

Centrum Sportu i Rekreacji Politechniki Krakowskiej

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



### Sylwia subik

**E-mail** [biurogw@gmail.com](mailto:biurogw@gmail.com)

**Telefon** (+48) 665 011 813