



Polska Akademia
Trenerów i
Instruktorów Sportu
GREEN WAY
SYLWIA SUBIK

★★★★★ 4,5 / 5
9 ocen

Kurs Instruktora Tenisa PZT

Numer usługi 2025/08/29/181300/2971533

📍 Gdańsk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 90 h

📅 07.11.2025 do 30.11.2025

4 350,00 PLN brutto

4 350,00 PLN netto

48,33 PLN brutto/h

48,33 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

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.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

06-11-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

90

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

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 umożliwia 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
--------------------	----------------------	------------------

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Efekty uczenia się: Wiedza: 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. Umiejętności: 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. Kompetencje społeczne: 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.	Kryteria weryfikacji efektów uczenia się: Wiedza: Zdanie testu teoretycznego obejmującego zagadnienia z metodyki nauczania, anatomii, fizjologii, psychologii sportu oraz przepisów gry w tenisa. Aktywność i poprawność odpowiedzi podczas wykładów oraz zajęć teoretycznych. Umiejętność poprawnego opisu struktury szkolenia tenisowego i planowania jednostki treningowej. Umiejętności: Oceniana jakość przeprowadzenia jednostki treningowej podczas egzaminu praktycznego. Umiejętność zastosowania odpowiednich metod i środków treningowych w trakcie zajęć praktycznych. Prawidłowe demonstrowanie technik tenisowych i umiejętność udzielania korekty technicznej uczestnikowi ćwiczeń. Sprawdzian sprawności fizycznej i poziomu gry (ITN 6–7). Kompetencje społeczne: Obserwacja zachowania uczestnika podczas zajęć grupowych – współpraca, komunikacja, zaangażowanie. Ocena podejścia do pracy z kursantami i przestrzegania zasad etyki instruktorskiej. Umiejętność pracy w zespole oraz radzenia sobie w sytuacjach problemowych podczas symulowanych zajęć.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

Informacje

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

Program

KURS INSTRUKTORSKI – 90 godzin zegarowych (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
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 350,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 350,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	48,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	48,33 PLN
W tym koszt walidacji brutto	150,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	150,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	0,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	0,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Grzegorz Kosek

Instruktor z ponad 20-letnim doświadczeniem w prowadzeniu zajęć sportowych na różnych poziomach zaawansowania. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie oraz studiów podyplomowych w Poznaniu i Krakowie, gdzie uzyskał tytuł menedżera sportu i pogłębił wiedzę z zakresu zarządzania firmami sportowymi. Członek Professional Tennis Registry od 2006 roku. Łączy zaplecze pedagogiczne i menedżerskie z praktyką na korcie. Z pasją i pełnym zaangażowaniem wspiera kursantów, inspirując ich do świadomego rozwoju jako przyszłych instruktorów. Doświadczenie zawodowe powyżej 5 lat.



2 z 3

Krzysztof Juśkiewicz

Trener tenisa z licencją eksperta PZT, akredytowany wykładowca oraz asystent dydaktyczny. Posiada międzynarodowe kwalifikacje jako instruktor PTR (Professional Tennis Registry) i członek ITF. Od lat zaangażowany w edukację instruktorów oraz rozwój szkolenia tenisowego w Polsce i za granicą. Autor licznych artykułów, podręczników oraz materiałów dydaktycznych, twórca bloga i kanału edukacyjnego dla studentów AWF. Z pasją łączy wiedzę teoretyczną z praktyką, prowadząc kursy, szkolenia i konferencje. Znany z energii, dystansu i entuzjazmu, którym zaraża zarówno studentów, jak i kursantów. „Tenis to styl życia – baw się razem z nami!”. Doświadczenie zawodowe powyżej 5 lat.



3 z 3

Barbara Maciocha

Trenerka Polskiego Związku Tenisowego i ITF, wykładowczyni w Polskiej Akademii Trenerów i Instruktorów Sportu. Łączy wieloletnie doświadczenie z pasją do przekazywania wiedzy. Specjalizuje się w organizacji i prowadzeniu kursów instruktorskich – to jej prawdziwa specjalność. Uważnie wspiera kursantów na każdym etapie szkolenia, dbając o wysoki poziom merytoryczny i praktyczny zajęć.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Osoby uczestniczące w kursie otrzymują materiały szkoleniowe z PZT.

Warunkiem wydania dokumentów końcowych, po zakończonym pozytywnie szkoleniu, jest odbycie 30 h praktyk z zakresu "Instruktora Tenisa Ziemnego" aby PZT mógł wystawić dokumenty.

Warunki uczestnictwa

1. Uczestnicy powinni posiadać wykształcenie co najmniej średnie oraz grać na poziomie ITN 6–7.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania szkolenia lub zmiany jego terminu, jeśli liczba uczestników będzie mniejsza niż wymagana lub jeśli wystąpi sytuacja losowa niezależna od organizatora.
3. Posiadamy podpisaną umowę z WUP Kraków w ramach projektu "Małopolski Pociąg do kariery sezon 1" i/lub "Nowy Start w Małopolsce z EURESem"
4. Posiadamy podpisaną umowę z WUP Toruń w ramach projektu "Kierunek - Rozwój".

Adres

ul. Kazimierza Górskiego 1

80-336 Gdańsk

woj. pomorskie

Gdańska Akademia Tenisowa

ul. Kazimierza Górskiego 1

80-336 Gdańsk

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Sylwia subik

E-mail biurogw@gmail.com

Telefon (+48) 665 011 813