



POLSKA AKADEMIA  
KULTURY I SPORTU

★★★★☆ 4,1 / 5

18 ocen

## Kurs Instruktora Tenisa Ziemnego

Numer usługi 2026/02/11/13162/3325384

📍 zdalna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 80 h

📅 23.03.2026 do 20.04.2026

1 099,00 PLN brutto

1 099,00 PLN netto

13,74 PLN brutto/h

13,74 PLN netto/h

198,28 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Styl życia / Sport
<b>Grupa docelowa usługi</b>	-Kurs jest skierowany do wszystkich osób pragnących zwiększyć wiedzę, umiejętności oraz kwalifikacje.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna
<b>Liczba godzin usługi</b>	80
<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

Usługa "Kurs Instruktora Tenisa Ziemnego" potwierdza przygotowanie do uzyskania wiedzy i umiejętności oraz kwalifikacji i kompetencji społecznych z zakresu kursu Instruktora Tenisa Ziemnego.

Kurs jest prowadzony metodą e-learningową.

### 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
Charakteryzuje wprowadzenie do tenisa ziemnego.	Monitoruje wprowadzenie do tenisa ziemnego.	Test teoretyczny
Przygotowuje projekt budowy i czynności układu pokarmowego.	Ocenia projekt budowy i czynności układu pokarmowego.	Test teoretyczny
Stosuje podstawowe rozwiązania taktyczne.	Nadzoruje podstawowe rozwiązania taktyczne.	Test teoretyczny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

Tematyka szkolenia kursu Instruktor Tenisa Ziemnego:

- Podstawy anatomii, biomechaniki i fizjologii człowieka.
- Fizjologia wysiłku fizycznego.
- Żywnienie i dietetyka w sporcie.
- Wprowadzenie do tenisa ziemnego.
- Przygotowanie tenisisty i instruktora.
- Zagadnienia związane z techniką.

Czas trwania kursu to 80 godzin szkoleniowych (kurs nie zawiera praktyk, 0 godzin praktyk).

Forma kształcenia: szkolenie indywidualne na platformie e-learningowej, realizowane w czasie nierzeczywistym. Szkolenie ma charakter nauki indywidualnej. Kursant realizuje materiał dydaktyczny w dowolnym miejscu i czasie poprzez innowacyjną platformę dydaktyczną.

W związku z tym Instytucja nie uwzględnia przerw w trakcie realizacji poszczególnych tematów na platformie.

Każda godzina nauki wskazana w programie jest godziną zegarową.

Koszt szkolenia pokrywa wszelkie egzaminy oraz walidację.

Nauka jak i testy sprawdzające wiedzę (częstkowe i testy generalne) oraz praca zaliczeniowa, odbywają się online. Instytucja zapewnia inną/inne osoby do przeprowadzenia walidacji, niż do procesu szkolenia.

Zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt 2b ustawy o podatku VAT od towarów i usług zwolnione są z podatku VAT, co również jest wskazane na fakturze.

Po ukończeniu Kursu Instruktor Tenisa Ziemnego absolwent otrzymuje dokumentację zgodną z wymogami MEiN oraz dodatkowo: legitymację Instruktor Tenisa Ziemnego w twardej skórzanej oprawie, certyfikat instruktora rekreacji ruchowej o specjalizacji: tenis ziemny oraz legitymację ubezpieczeniową instruktora w wersji plastikowej wraz z numerem ubezpieczenia.

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 099,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 099,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	13,74 PLN
Koszt osobogodziny netto	13,74 PLN

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia realizuje kurs indywidualnie, materiały dostępne w formie elektronicznej na indywidualnym koncie kursanta w tym:

- materiały dydaktyczne pod postacią plików pdf,
- możliwe wykłady głosowe,
- materiały wideo.

### Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa :

- Wykształcenie średnie lub zawodowe,
- Ukończone 18 lat.

### Informacje dodatkowe

**Polska Akademia Kultury i Sportu to jednostka edukacyjna, która wprowadziła kursy** w postaci szkoleń e-learningowych. Ta innowacyjna forma kształcenia pozwala kursantom odbywać szkolenia w wybranym i dogodnym dla siebie miejscu i czasie. **Nauka jak i egzaminy odbywają się on-line. Koszt egzaminu wewnętrznego jest wliczony w ogólny koszt szkolenia.**

Każdy z absolwentów Polskiej Akademii Kultury i Sportu otrzymuje dokumentację potwierdzającą nabyte umiejętności i będącą legalnym dokumentem wydawanym na podstawie tych samych przepisów prawnych, co w przypadku kursów stacjonarnych.

**Polska Akademia Kultury i Sportu** jako pierwsza instytucja oświatowa prowadząca kursy z dziedziny sportu uzyskała **Certyfikat Jakości ISO9001:2015**.

Jeżeli są Państwo zainteresowani szkoleniem z tej karty lub innym z dofinansowaniem z PARP prosimy o kontakt mailowy na adres: [dotacje@pakis.pl](mailto:dotacje@pakis.pl) lub telefonicznie pod numerem: 58 600 53 60.

Dodatkowo zapraszamy do zapoznania się z ofertą na stronie: <https://pakis.pl/> .

## Warunki techniczne

### Warunki techniczne niezbędne do udziału w usłudze:

- Należy posiadać komputer PC lub inne urządzenie, które odtwarza poprawnie dźwięk w formacie MP3 oraz posiada rozdzielczość ekranu w poziomie nie mniejszą niż 1100 pixeli.

-Do prawidłowej funkcjonalności platformy wymagana jest jedna z najnowszych wersji przeglądarek: Internet Explorer, Mozilla Firefox lub Google Chrome. Ponadto przeglądarka powinna obsługiwać JavaScript oraz akceptować dane zapisywane w plikach Cookie.

-Uczestnik powinien posiadać łącze sieciowe minimalnej o prędkości - 10 Mb/s.

-Uczestnik realizuje usługę szkoleniową na innowacyjnej platformie dydaktycznej realizowanej na stronie: <https://pakis.pl/>

-Uczestnik dostaje indywidualny dostęp do materiałów dydaktycznych poprzez zalogowanie się na indywidualnym koncie kursanta <https://pakis.pl/konto>

## Kontakt



**Weronika Rotman**

**E-mail** [dotacje@pakis.pl](mailto:dotacje@pakis.pl)

**Telefon** (+48) 586 005 360