



MAGICZNA
AKADEMIA
MAGDALENA
RUTKOWSKA-
PICHIT

★★★★★ 5,0 / 5

1 ocena

Instruktor Kick Boxingu - szkolenie zakończone kwalifikacją

Numer usługi 2026/07/22/215374/3704815

📍 Częstochowa

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 20:00 h

📅 12.09.2026 do 21.09.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

250,00 PLN brutto/h

250,00 PLN netto/h

264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Sport

Szkolenie „Instruktor Kick Boxingu - szkolenie zakończone kwalifikacją” skierowane jest do osób dorosłych, które z własnej inicjatywy chcą podnieść lub uzupełnić kompetencje w zakresie prowadzenia treningów kickboxingu i wykorzystać je w obecnej lub przyszłej działalności zawodowej.

Grupa docelowa usługi

W usłudze mogą uczestniczyć osoby indywidualne oraz przedsiębiorcy i ich pracownicy, w tym mikroprzedsiębiorstwa, osoby samozatrudnione, małe i średnie przedsiębiorstwa (MMŚP), a także pracodawcy niebędący przedsiębiorstwami oraz ich pracownicy. Szkolenie jest przeznaczone dla osób zainteresowanych zdobyciem kompetencji niezbędnych do planowania i prowadzenia zajęć kickboxingu zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i metodyką treningową.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

11-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

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

Usługa „Instruktor Kick Boxingu - szkolenie zakończone kwalifikacją ” przygotowuje do samodzielnego prowadzenia treningów kickboxingu z wykorzystaniem podstawowych technik walki w stójce, zasad bezpieczeństwa oraz metodyki nauczania. Po zakończeniu usługi uczestnik planuje i przeprowadza jednostki treningowe, tworzy kombinacje technik oraz prowadzi zajęcia dla różnych grup uczestników, stosując zasady bezpieczeństwa i odpowiedzialności instruktora.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
WIEDZA: Charakteryzuje podstawy teoretyczne w kickboxingu.	wskazuje różnice pomiędzy boksem a kickboxingiem	Test teoretyczny
	opisuje zasady postawy, balansu i biomechaniki pracy nóg	Test teoretyczny
WIEDZA: Charakteryzuje zasady metodyki prowadzenia treningów kickboxingu	wymienia elementy struktury jednostki treningowej kickboxingu	Test teoretyczny
	wskazuje kryteria doboru ćwiczeń dla grup początkujących, zaawansowanych i dziecięcych	Test teoretyczny
UMIEJĘTNOŚCI: Wykonuje podstawowe techniki walki w stójce	wykonuje podstawowe uderzenia i techniki pracy nóg	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje kopnięcia oraz techniki uderzeń kolanem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje zasady kontroli dystansu i elementy pracy defensywnej	Obserwacja w warunkach symulowanych
UMIEJĘTNOŚCI: Planuje jednostkę treningową kickboxingu	opracowuje strukturę treningu dostosowaną do celu zajęć	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dobiera kombinacje technik oraz ćwiczenia interwałowe do założonego celu treningu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza fragment zajęć zgodnie z założeniami treningowymi	Obserwacja w warunkach symulowanych
UMIEJĘTNOŚCI: Prowadzi jednostkę treningową kickboxingu	demonstruje wykonanie technik przed grupą uczestników	Obserwacja w warunkach symulowanych
	koryguje błędy techniczne popełniane przez uczestników zajęć	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
KOMPETENCJE SPOŁECZNE: Stosuje zasady komunikacji z uczestnikami zajęć kickboxingu	przekazuje instrukcje oraz informację zwrotną w sposób zrozumiały dla uczestników zajęć	Obserwacja w warunkach symulowanych
	reaguje na trudne zachowania i sytuacje sporne pojawiające się w grupie podczas treningu	Obserwacja w warunkach symulowanych
KOMPETENCJE SPOŁECZNE: Stosuje zasady odpowiedzialności i bezpieczeństwa podczas prowadzenia zajęć.	organizuje trening z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
	koryguje sposób prowadzenia zajęć w reakcji na zachowanie i poziom zaawansowania uczestników	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://standardgccs.com/gccs-icvc/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icvc.eu/kwalifikacje-icvc/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	ICVC Certyfikacja Sp. z o.o.
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Talent Odyssey Ltd

Program

Dla osiągnięcia celu edukacyjnego zakres tematyczny obejmuje:

Moduł 1. Podstawy teoretyczne kick boxingu

Część teoretyczna obejmuje

- rozwój i historię kick boxingu
- podstawy anatomii i przygotowania motorycznego
- metodykę nauczania w różnych grupach wiekowych -
- zasady bezpieczeństwa podczas treningów
- odpowiedzialność cywilno-prawną instruktora kick boxingu
- wprowadzenie organizacyjne, BHP

- różnice: boks vs kick boxing
- postawa, balans, biomechanika pracy nóg

Moduł 2. Techniki walki w stójce

Część praktyczna obejmuje

- naukę podstawowych technik uderzeń i kopnięć, poruszanie się i pracę nóg
- łączenie technik oraz elementy taktyki walki w stójce
- techniki kopnięć: front kick, low kick, middle kick i roundhouse
- techniki uderzeń kolanem.
- Ćwiczenia w parach.

Moduł 3. Łączenie technik ręcznych z kopnięciami

Część praktyczna obejmuje

- kombinacje ręce + kopnięcia
- sekwencje z wykorzystaniem kolan
- praca na tarczach
- budowanie kombinacji technik.
- trening interwałowy w kickboxingu.

Moduł 4. Łączenie technik i metodyka pracy instruktora

Część praktyczna obejmuje

- podstawowe techniki
- tworzenie autorskich kombinacji technik
- symulacja zajęć grupowych
- prowadzenie treningów próbnych
- modelowe jednostki treningowe
- ćwiczenia metodyczne

Moduł 5. Walidacja: test teoretyczny, obserwacja w warunkach symulowanych

WARUNKI ORGANIZACYJNE:

- Szkolenie obejmuje część teoretyczną oraz praktyczną i realizowane jest w formie zajęć warsztatowych z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu sportowego.
- Szkolenie realizowane jest w formie grupowej.
- Liczebność grupy dostosowana jest do możliwości przeprowadzenia części praktycznej.
- Uczestnicy realizują ćwiczenia indywidualnie oraz w parach.
- Stanowiska szkoleniowe wyposażone są w niezbędny sprzęt treningowy do realizacji zajęć praktycznych, w tym tarcze treningowe oraz przestrzeń umożliwiającą wykonywanie technik kickboxingu.
- Warunki uczestnictwa - dobry stan zdrowia
- Metody walidacji: test teoretyczny oraz obserwacja w warunkach symulowanych.

Sposób organizacji walidacji i nadzór nad procesem walidacji

Walidacja przeprowadzana jest przez podmiot zewnętrzny ICVC Certyfikacja Sp. z o.o. na podstawie akredytacji wydanej przez instytucję certyfikującą Talent Odyssey Ltd. Egzamin obejmuje część teoretyczną realizowaną z wykorzystaniem platformy online oraz część praktyczną przeprowadzaną w warunkach symulowanych.

W przypadku testu teoretycznego przeprowadzanego z wykorzystaniem platformy online uczestnik otrzymuje indywidualny login i hasło umożliwiające dostęp do testu. Wyniki części teoretycznej weryfikowane są przez egzaminatora merytorycznego ICVC Certyfikacja Sp. z o.o., który dokonuje oceny zgodnie z wymaganiami kwalifikacji.

1. Część teoretyczna – test wiedzy (30min)

Uczestnik przystępuje do testu wiedzy w miejscu realizacji usługi, podczas stacjonarnej walidacji. Po zakończeniu testu odpowiedzi uczestnika przekazywane są do oceny egzaminatorowi merytorycznemu ICVC Certyfikacja Sp. z o.o., który weryfikuje wynik zgodnie z wymaganiami kwalifikacji.

2. Część praktyczna – obserwacja w warunkach symulowanych (45min)

Przed rozpoczęciem części praktycznej uczestnik otrzymuje opis przypadku dotyczący zaplanowania i przeprowadzenia fragmentu jednostki treningowej kickboxingu dla wskazanej grupy uczestników. Na tej podstawie uczestnik opracowuje strukturę treningu, dobiera kombinacje technik i ćwiczenia, a następnie wykonuje podstawowe uderzenia, kopnięcia i techniki pracy nóg oraz przeprowadza fragment zajęć zgodnie z przyjętymi założeniami. Egzaminator obserwuje poprawność techniczną wykonania, sposób organizacji treningu z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa, ocenę ryzyka wystąpienia sytuacji niebezpiecznych oraz sposób komunikowania się z uczestnikami zajęć - zgodnie z efektami uczenia się i kryteriami ich weryfikacji.

Walidator przeprowadza obserwację uczestników w ramach **jednej grupy walidacyjnej**, oceniając każdego uczestnika indywidualnie podczas wykonywania zadania praktycznego. Pozwala to na rzetelną i indywidualną ocenę stopnia osiągnięcia przez każdego uczestnika efektów uczenia się oraz spełnienia kryteriów ich weryfikacji.

Warunkiem pozytywnego zaliczenia walidacji jest uzyskanie minimum **75% poprawnych odpowiedzi z testu teoretycznego** oraz minimum **75% punktów z obserwacji w warunkach symulowanych**.

Termin realizacji usługi obejmuje również okres oczekiwania na wynik walidacji oraz wydanie certyfikatu potwierdzającego uzyskanie kwalifikacji przez podmiot certyfikujący, Certyfikat wydawany jest w terminie maksymalnie do 7 dni od dnia zakończenia walidacji (certyfikat może zostać wydany wcześniej, jednak co do zasady podmiot zewnętrzny ma na to maksymalnie 7 dni)

Po pozytywnym zakończeniu procesu walidacji uczestnik uzyskuje kwalifikację: "PLANOWANIE I PROWADZENIE TRENINGÓW KICKBOXINGU" nr. ICVC/KB 20553.18

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 18

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 18 Teoria: Historia kickboxingu, anatomia, BHP, bezpieczeństwo i odpowiedzialność instruktora.	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	12-09-2026	08:00	10:00	02:00
2 z 18 -	Przerwa	-	12-09-2026	10:00	10:15	00:15
3 z 18 Teoria: Różnice między boksem a kickboxingiem, postawa, balans, praca nóg oraz metodyka nauczania.	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	12-09-2026	10:15	12:30	02:15
4 z 18 -	Przerwa	-	12-09-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 18 Praktyka: Nauka podstawowych uderzeń, poruszania się oraz pracy nóg w kickboxingu.	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	12-09-2026	13:00	14:30	01:30
6 z 18 -	Przerwa	-	12-09-2026	14:30	14:45	00:15
7 z 18 Praktyka: Doskonalenie technik front kick, low kick, middle kick, roundhouse oraz uderzeń kolanem	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	12-09-2026	14:45	16:00	01:15
8 z 18 Praktyka: Budowanie kombinacji, elementy taktyki walki w stójce oraz ćwiczenia w parach.	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	13-09-2026	08:00	10:00	02:00
9 z 18 -	Przerwa	-	13-09-2026	10:00	10:15	00:15
10 z 18 Praktyka: Łączenie technik ręcznych z kopnięciami oraz budowanie kombinacji uderzeń.	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	13-09-2026	10:15	12:30	02:15
11 z 18 -	Przerwa	-	13-09-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 18 Praktyka: Doskonalenie sekwencji z użyciem kolan oraz ćwiczenia na tarczach	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	13-09-2026	13:00	14:30	01:30
13 z 18 -	Przerwa	-	13-09-2026	14:30	14:45	00:15
14 z 18 Praktyka: Zastosowanie treningu interwałowego o w celu poprawy wytrzymałości i dynamiki podczas wykonywania kombinacji technik.	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	13-09-2026	14:45	16:00	01:15
15 z 18 Praktyka: Doskonalenie podstawowych technik oraz tworzenie autorskich kombinacji stosowanych w kickboxingu.	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	14-09-2026	08:00	09:30	01:30
16 z 18 -	Przerwa	-	14-09-2026	09:30	09:45	00:15
17 z 18 Praktyka: Symulacja zajęć grupowych, prowadzenie treningów próbnych, realizacja modelowych jednostek treningowych oraz ćwiczenia metodyczne	Zajęcia	Paweł Wiewiórowski	14-09-2026	09:45	10:45	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 18 -	Walidacja	-	14-09-2026	10:45	12:00	01:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	20:00
w tym suma godzin zajęć	16:30
w tym suma godzin walidacji	01:15
w tym suma przerw	02:15
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	23:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	250,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	170,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	170,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	50,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	50,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi

20:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Paweł Wiewiórowski

Paweł Wiewiórowski jest trenerem specjalizującym się w kickboxingu, K1 oraz przygotowaniu zawodników do rywalizacji sportowej. Ze sportami walki związany jest od 2007 roku, natomiast jego aktualne doświadczenie zawodowe obejmuje przede wszystkim lata 2023–2026. Od 2023 roku koncentruje swoją działalność trenerską na indywidualnym przygotowaniu zawodników, rozwijaniu techniki, szybkości, kondycji i przygotowania motorycznego oraz tworzeniu planów treningowych dostosowanych do celów startowych i specyfiki zawodnika. Prowadzi również regularne zajęcia dla młodzieży, osób początkujących i zawodników zaawansowanych. W 2024 roku uzyskał kwalifikacje trenera/instruktora kickboxingu Polskiego Związku Kickboxingu. Aktualnie prowadzi przygotowania zawodników do kolejnych startów i walk zaplanowanych również w 2026 roku. Osoba prowadząca usługę ma kwalifikacje i doświadczenie zgodne z tematyką usługi zdobyte w ostatnich 5 latach przed publikacją usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymują materiały dydaktyczne wyłącznie w formie elektronicznej, obejmujące: skrypt szkoleniowy zawierający zagadnienia z zakresu metodyki treningu kick boxingu, bezpieczeństwa oraz zasad prowadzenia zajęć, materiały dotyczące podstaw anatomii i przygotowania motorycznego w sportach walki, Materiały przekazywane są uczestnikom w trakcie realizacji szkolenia i stanowią wsparcie w przyswajaniu wiedzy oraz przygotowaniu do walidacji.

Informacje dodatkowe

- W przypadku potrzeby zapewnienia specjalnych udogodnień, przed zapisem na usługę, prosimy o kontakt.
- Warunkiem uznania usługi za ukończoną oraz dopuszczenia uczestnika do walidacji jest zachowanie frekwencji na poziomie 80% łącznej liczby godzin usługi

Adres

ul. Tomasza Wilsona 24/28

42-202 Częstochowa

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MAGDALENA RUTKOWSKA-PICHIT

E-mail magicznaakademia@wp.pl

Telefon (+48) 790 760 635