



Szkoła Podstawowa nr 39
im. Stanisława Moniuszki w Kielcach



W dniu **23 marca 2018 r. (pt) w godz. 14.00-15.30** w ramach współpracy między Wszechnicą Świętokrzyską, a Szkołą Podstawową nr 39 odbędą się warsztaty praktyczne dla studentów oraz uczniów nt. „**Ocena ryzyka urazu, ocena oraz kształtowanie cech motorycznych w sportach zespołowych**” (klasa sportowa piłki ręcznej 3 gimnazjum, opiekunowie *mgr Dominik Żyła, mgr Agnieszka Merwart*).

Szkolenie poprowadzi **mgr Łukasz Oleksy**, instruktor-fizjoterapeuta, absolwent Wszechnicy Świętokrzyskiej.

Warsztaty odbędą się na Hali sportowej SP 39.



Tematyka szkolenia:

- ocena ryzyka urazu z wykorzystaniem Y Balance test oraz Closed Kinetic Chain Upper Extremity Stability test
- indywidualna ocena zawodnika dla potrzeb planowania i realizacji nowoczesnego treningu motorycznego w grach zespołowych
- wykorzystanie testów motorycznych dla potrzeb oceny motorycznej zawodnika – analiza testów mocy kończyn dolnych

Wykorzystywany sprzęt do szkolenia:

- zestaw fotokomórek
- mata do oceny skoczności
- system do oceny ryzyka urazu Y Balance

Wszystkich zainteresowanych serdecznie zapraszamy!!!

UWAGA!!!

Studenci kierunku Wychowanie fizyczne I i II stopnia uczestniczą w warsztatach w ramach obowiązkowych zajęć dydaktycznych (opieka wykładowcy).