

Program

VIII Konferencji naukowo-metodycznej

Nordic Walking na różnych etapach edukacji szkolnej

Biała Podlaska, 11-12.05.2013 r.

11.05.2013r. (sobota)

8.00-10.00 Rejestracja uczestników konferencji (*główny gmach Uczelni – parter*)

10.00-10.15 Oficjalne otwarcie konferencji (*aula WWFIS, główny gmach Uczelni – I piętro*) –

dr hab. prof. AWF Krystyna Górniak

10.15-11.00 Wykłady plenarne (*Aula WWFIS, główny gmach Uczelni – I piętro*)

Moderatorzy: dr hab. prof. AWF Krystyna Górniak; dr Małgorzata Lichota;

dr hab. prof. AWFIS Waldemar Moska

mgr Olgierd Bojke (Prezes PFNW) Nordic walking – aktywność ruchowa dla każdego na przykładzie działalności PFNW

dr Joanna Piotrowska (AWF Warszawa) Aktywność fizyczna – świadomy wybór młodego człowieka

11.00-11.30 Przerwa kawowa (*hol przy Auli WWFIS*)

11.30-18.30 Zajęcia praktyczne (*Stadion piłkarski WWFIS ul. Makaruka*)

SEKCJA I

Moderatorzy: dr Urszula Parnicka; dr Anna Bodasińska; dr Grzegorz Godlewski

11.30-12.15 Metodyka nauczania nordic walking – 10 stepów

mgr Olgierd Bojke (Prezes PFNW); **mgr Elżbieta Antosiewicz** (Podkarpacki Okręg PFNW)

12.15-12.45 Śpiewająca rozgrzewka

mgr Dorota Różańska, mgr Michał Biegało, mgr Edyta Kędzierska (PFNW), **stud. Magdalena Sznura** (WWFIS Biała Podlaska)

12.45-13.30 Przykładowa rozgrzewka z wykorzystaniem kijów nordic walking

dr Beata Makaruk (WWFIS Biała Podlaska)

13.30-14.30 Przerwa obiadowa

SEKCJA II

Moderatorzy: dr Beata Makaruk; dr Sławomir Bodasiński

15.00-15.45 Wybrane zabawy i gry z wykorzystaniem kijów nordic walking

dr Krzysztof Piech, mgr Katarzyna Wolska, stud. Joanna Borkowska (WWFIS Biała Podlaska)

15.45-16.30 Ćwiczenia lekkoatletyczne z wykorzystaniem kijów nordic walking

mgr Marek Kulik (WWFIS Biała Podlaska)

16.30-17.15 Ćwiczenia koordynacyjne z wykorzystaniem kijów nordic walking

dr Sławomir Bodasiński; dr Anna Bodasińska; dr Grzegorz Godlewski; mgr Filip Korpak (WWFiS Biała Podlaska)

17.15-18.00 Ćwiczenia siłowe z wykorzystaniem kijów nordic walking

dr Joanna Piotrowska (AWF Warszawa)

SEKCJA III

*Moderatorzy sekcji: **prof. Daina Krauksta; dr Joanna Piotrowska; dr Krzysztof Piech***

18.00-19.00 Zajęcia teoretyczne (*sala wykładowa ul. Makaruka*)

18.00-18.30 Marsze na orientację z wykorzystaniem kijów nordic walking

prof. Bajba Smila, prof. Daina Krauksta (Łotewska Akademia Wychowania Fizycznego w Rydze)

Dyskusja – okrągły stół

Podsumowanie, rozdanie certyfikatów.

12.05.2013r. (niedziela)

Udział w zawodach nordic walking (dla chętnych) – zapisy na stronie: <http://www.piknikbiegowy.sts-timing.pl/>