

# Lubuska Akademia Sportu – nowatorski projekt realizowany w województwie lubuskim



LUBUSKA  
FEDERACJA SPORTU

Fundacja Rozwoju  
Demokracji Lokalnej



Instruktorzy sportu regionu lubuskiego od sierpnia 2008 r. zdobywają nowe doświadczenia i certyfikaty dzięki Lubuskiej Akademii Sportu (LAS). Jest to pierwsze podobne przedsięwzięcie adresowane do tego środowiska w województwie.

**LAS** jest projektem realizowanym przez Fundację Rozwoju Demokracji Lokalnej Ośrodek Regionalny w Zielonej Górze wraz z Lubuską Federacją Sportu w Zielonej Górze (LFS). Projekt już po pierwszych spotkaniach zyskał tak duże uznanie wśród uczestników, że na drugą, planowaną na razie, edycję wpłynęły do tej chwili 224 zgłoszenia!



– Dzięki udziałowi w **Lubuskiej Akademii Sportu** zdobyłam nowe umiejętności w zakresie prowadzenia różnorodnych form fitness. Kurs wprowadził mnie również w świat choreografii, dzięki której mogłam zmodyfikować i urozmaicić sposób prowadzenia zajęć. Już w trakcie szkolenia zaczęłam stosować poznane elementy choreograficzne w zajęciach ruchowych z dorosłymi. Uczestnicy dostrzegli te zmiany i przyjęli je pozytywnie. Moje nowe umiejętności zaczęłam również praktykować podczas lekcji wychowania fizycznego. Muszę przyznać, iż wpłynęło to pozytywnie na zainteresowanie, zaangażowanie i udział uczennic w lekcjach – mówi **Grażyna Kotuła-Łojko**, uczestniczka kursu fitness.

LAS jest odpowiedzią na problemy środowiska sportowego związane m.in. z wysokimi kosztami dokształcania się, brakiem dokumentów potwierdzających posiadane umiejętności, poszukiwaniem możliwości samorozwoju i podnoszenia kwalifikacji w zakresie danej dziedziny sportu.

Pierwsza edycja projektu obejmuje kursy na instruktorów ogólnosportowych, fitness, lekkiej atletyki, natomiast druga edycja przewiduje kursy na instruktorów pływania i fitness oraz menedżerów sportu. Uczestnicy obu edycji, oprócz ugruntowania wiedzy i nabycia nowych umiejętności, otrzymują uprawnienia Ministra Sportu i Turystyki w danej dziedzinie. Wśród uczestników kursu znajdują się zarówno osoby od wielu lat związane ze środowiskiem sportowym, jak i takie, które mają predyspozycje do pracy jako in-

struktor fitness czy też lekkiej atletyki. Bardzo ważnym aspektem jest to, że większość uczestników kursów wykorzysta nabyte umiejętności zarówno w pracy zawodowej, jak i dla rozwoju osobistego. Kursy są realizowane w małych, 25-osobowych grupach, tak aby wszystkie osoby miały jak najlepsze warunki nauki.

Zebrane doświadczenia z pierwszej edycji, organizatorzy chcą wykorzystać w dalszych swoich działaniach. Dlatego tak ważna jest opinia uczestników zajęć. Na razie słyhać same pochwały: – *Wszystkie zajęcia były bardzo ciekawe, prowadzone przez profesjonalną kadrę. Poznałam wiele nowych elementów, jak na przykład metodykę choreografii. Uczestniczyłam już w wielu kursach i szkoleniach. Chociaż wszystkie były zadowalające, muszę przyznać, iż ten był wyjątkowy. Jego organizacją przeprowadzona była na najwyższym poziomie. Oprócz wysokiego poziomu merytorycznego zajęć, zawsze przygotowanej kadry, organizatorzy zapewnili nam profesjonalne warunki do zajęć zarówno tych teoretycznych, w postaci materiałów szkoleniowych, jak i dostęp do bazy sportowej z najwyższej jakości sprzętem. W zajęciach szeroko korzystaliśmy z dobrodziejstw nowoczesnej techniki multimedialnej. Mogliśmy m.in. nagrywać kamerą cyfrową zajęcia, a następnie wraz z instruktorem oglądać nasze „występy” i omawiać popełniane błędy. Ponadto organizatorzy mile zaskoczyli nas dodatkowymi atrakcjami w postaci kilkudniowego pobytu w profesjonalnym ośrodku sportowym, gdzie odbywaliśmy zajęcia praktyczne oraz kursy z zakresu BHP i pierwszej pomocy przedmedycznej. Uważam, że tak przygotowany program może służyć jako wzór do kolejnych edycji.* – kontynuuje **Grażyna Wyczałkowska**.

pozytywny odbiór projektu przez samych uczestników to największa nagroda dla organizatorów za wykonaną pracę. Projekt zakończy się 30 kwietnia 2009 r., a nowa edycja zaplanowana została już we wrześniu br. Uzależnione jest to od pozyskania środków w ramach Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki.

Zainteresowane osoby więcej informacji uzyskają poprzez stronę [www.akademia-sportu.org](http://www.akademia-sportu.org).

**Patrycja Górniak**  
p.o. Dyrektora

FRDL Ośrodek Regionalny w Zielonej Górze  
65-034 Zielona Góra, ul. Boh. Westerplatte 9  
tel. 068 4532209, fax. 068 4532292

serwis: [www.frdl.org](http://www.frdl.org)  
e-mail: [p.gorniak@frdl.org](mailto:p.gorniak@frdl.org)



- Ośrodek regionalny FRDL
- Filia ośrodka regionalnego FRDL
- Wyższa Szkoła Administracji Publicznej FRDL



FUNDACJA ROZWOJU  
DEMOKRACJI LOKALNEJ

Plac Inwalidów 10  
01-552 Warszawa

tel. 022 322 84 00  
faks 022 322 84 10  
mail: [biuro@frdl.org.pl](mailto:biuro@frdl.org.pl)

[www.frdl.org.pl](http://www.frdl.org.pl)



Projekt współfinansowany  
ze środków Unii Europejskiej  
w ramach Europejskiego  
Funduszu Społecznego

