

# ZWIĄZEK PIŁKI RĘCZNEJ W POLSCE

## PROGRAM KURSOKONFERENCJI TRENERÓW ZESPOŁÓW MĘSKICH Drzonków k/Zielonej Góry 15-16.06.2013

### **15.06.2013 r. (sobota)**

- do godz. 13.00 - Przyjazd i zakwaterowanie uczestników;  
13.00 – 13.00 - Obiad;  
14.00 – 14.15 - Otwarcie kursokonferencji;  
14.15 – 15.15 - Wykład wprowadzający: Atak pozycyjny – organizacja gry, umiejętności indywidualne oraz aktualnie stosowana współpraca grupowa – wykład i prezentacja: Wojciech Nowiński  
15.30 – 16.45 - Koncepcja pracy organizacyjnej i treningowej oraz założenia szkoleniowe do gry reprezentacji Polski – wykład: Michael Biegler  
17:00 – 17:45 - Struktura czasowa gry w ataku pozycyjnym – wykład: Henryk Norkowski  
17:45 – 18:00 - Zasady i formy zajęć warsztatowych, omówienie tematyki, podział na grupy tematyczne – omówienie: Wojciech Nowiński  
18:15 – 18.45 - Kolacja  
19:00 - Wyjazd na halę do Zielonej Góry  
19:30 – 20:15 - Obserwacja treningu reprezentacji Polski  
20:15 – 21:00 - Omówienie przeprowadzonych zajęć treningowych – Michael Biegler  
21.00 – 21.30 - Powrót do Drzonkowa

### **16.06.2013r. (niedziela)**

- 08:00 – 08.30 - Śniadanie  
09:00 – 9:45 - Analiza fragmentów gry w ataku pozycyjnym czołowych drużyn europejskich – prezentacja komputerowa: Piotr Zembrzuski  
10:00 – 11:45 - Zajęcia warsztatowe w grupach - temat wiodący: atak pozycyjny  
Grupa I. Możliwości wykorzystania przestrzeni w sektorze zewnętrznym – moderator: Krzysztof Kisiel  
Grupa II. Możliwości gry oraz współdziałania obrotowego w zależności od ustawienia i sposobu postępowania obrońców – moderator.: Dariusz Tomaszewski  
Grupa III. Współpraca dwójkowa w zależności od sposobu ustawienia obrony i pozycji atakujących – moderator: Tomasz Strząbała  
Grupa IV. Sposoby spowodowania przesunięcia obrońców i doprowadzenie do korzystnej sytuacji, umożliwiającej akcję 1x1 – moderator: Damian Wleklak  
12:00 – 13:30 - Kształtowanie siły w treningu piłki ręcznej (część I) – wykład: Marek Kruszewski  
13:30 – 14.00 - Obiad  
15:00 – 16:30 - Kształtowanie siły w treningu piłki ręcznej (część II) – Marek Kruszewski  
16:30 – 18:00 - Prezentacja założeń i opracowań grupowych zajęć warsztatowych – relacje moderatorów.  
Wnioski i dyskusja – prowadzący: W. Nowiński;  
18:00 – 18.30 - Zakończenie kursokonferencji i rozdanie certyfikatów  
18:30 – 19.00 - Kolacja  
20:00 – 21.30 - Mecz Polska - Ukraina

### **Uwaga:**

1. Główna recepcja, zakwaterowanie, wyżywienie oraz zajęcia programowe: Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji w Drzonkowie, ul. Olimpijska 20, 66-004 Racula.