

ZWIĄZEK PIŁKI RĘCZNEJ W POLSCE – RADA TRENERÓW

PROGRAM KURSOKONFERENCJI TRENERÓW ZESPOŁÓW MĘSKICH

Elbląg 04-06.06.2010 r.

04.06.2010 r. (piątek)

- do godz. 17.00 - Przyjazd i zakwaterowanie uczestników;
- 17.00 – 17.30 - Kolacja;
- 18.00 – 18.15 - Otwarcie kursokonferencji – M. Werle;
- 18.15 – 19.00 - Psychologiczne uwarunkowania prawidłowej komunikacji trenera ze środowiskiem, warunki konieczne do rozwoju i wzrostu poziomu sportowego – wykład M. Kochanowski;
- 19.00 – 19.45 - „Szybkość” w piłce ręcznej. Nowoczesne ujęcie tej „cechy” i praktyczne zastosowanie w treningu i zawodach – wykład Z. Łakomy;
- 20.00 – 22.30 - Nowoczesne tendencje w szkoleniu – efektywne metody i formy w treningu techniczno – taktycznym zawodnika – wykład N. Rogulj, V. Srhoj.

05.06.2010 r. (sobota)

- 08.00 – 08.30 - Śniadanie;
- 09.00 – 10.00 - Doskonalenie indywidualnych umiejętności i współpracy zawodników w obronie w ustawieniu 3:2:1 (szkoła chorwacka) – zajęcia praktyczne V. Srhoj;
- 10.15 – 11.00 - Nauczanie i doskonalenie współpracy bramkarzy z obroną przy obronie rzutów z różnych pozycji – zajęcia praktyczne J. Cieślikowski, K. Kotwicki;
- 11.15 – 12.15 - Doskonalenie gry w ataku szybkim – zajęcia praktyczne N. Rogulj;
- 12.30 – 13.30 - Sprawność ukierunkowana w jednostce treningowej – doskonalenie techniki i taktyki gry – zajęcia praktyczne J. Cieślikowski, K. Kotwicki;
- 13.45 – 14.15 - Obiad;
- 14.45 – 16.15 - Mecz Polska - Litwa;
- 16.45 – 17.45 - Taktyka gry w obronie, zmiany w ustawieniu w zależności od oceny gry i przebiegu meczu - zajęcia praktyczne V. Srhoj;
- 18.00 – 18.45 - Atak pozycyjny. Analiza gry w przewadze i w osłabieniu na podstawie wybranych fragmentów gry – prezentacja i komentarz S. Wrześniewski;
- 18.45 – 19.30 - Atak szybki. Analiza na podstawie fragmentów gry z ME-2010 – prezentacja i komentarz A. Kaczorowski;
- 19.30 – 22.00 - Kolacja i spotkanie koleżeńskie.

06.06.2010 r. (niedziela)

- 08.00 – 08.30 - Śniadanie;
- 09.00 – 10.00 - Sędziowanie – zmiany w przepisach i analiza sezonu 2009/10
wykład H. Szczepański, M. Góralczyk;
- 10.00 – 11.00 - Elementy gry w obronie i ich zastosowanie w sytuacjach zagrożenia rzutem. Analiza na podstawie fragmentów gry z ME-2010 prezentacja i komentarz A. Kaczorowski;
- 11.15 – 12.00 - Regulacje prawne, procedury i problemy związane ze zwalczaniem dopingu w sporcie – wykład D. Błachnio;
- 12.00 – 12.30 - Piłka ręczna plażowa – prezentacja dyscypliny - A. Jaworski;
- 12.45 – 13.00 - Zakończenie kursokonferencji i rozdanie certyfikatów
- 13.00 – 13.30 - obiad;

Uwaga:

1. Główna recepcja zakwaterowanie i wyżywienie (śniadania): Hotel „Gromada” 82-300 Elbląg, Plac Słowiański 2
2. Wykłady, zajęcia praktyczne, wyżywienie (kolacje i obiady): Hala Sportowa Centrum Sportowo – Biznesowego, 82-300 Elbląg, ul. Grunwaldzka 135