

Program Kursokonferencji Licencyjnej
organizowanej przez MZPR za zgodą i przy współpracy z ZPRP
Bochnia 20–21 maj 2017 r.

**Miejsce: Hala Widowiskowo-Sportowa im. Władysława Stawiańskiego w Bochni
ul. Ks. J. Poniatowskiego 32**

Sobota – 20.05.2017 r.

- 9⁴⁵–10⁰⁰ Otwarcie Kursokonferencji
- 10⁰⁰–11³⁰ ➤ *Zasady nauczania techniki gry – podstawowe ćwiczenia*
Lidia Walczyk – trener koordynator OSPR
- 11³⁰–13⁰⁰ ➤ *Przygotowanie motoryczne w piłce ręcznej – trening funkcjonalny
z odważnikami Kettlebells*
Arkadiusz Klasa – trener przygotowania motorycznego
- 13⁰⁰–14³⁰ ➤ *Doskonalenie techniki – ćwiczenia w formie fragmentów gry*
Lidia Walczyk – trener koordynator OSPR
- 14³⁰–15³⁰ przerwa obiadowa
- 15³⁰–17⁰⁰ ➤ *Przeciwdziałanie symptomom wypalenia zawodowego w sporcie
u młodzieży w wieku 14-18 lat*
dr Aneta Cichosz – psycholog sportu, AWF w Krakowie
- 17⁰⁰–18⁰⁰ ➤ *Interpretacja przepisów gry*
Przedstawiciel Komisji Sędziowskiej MZPR
- 18⁰⁰–19⁰⁰ ➤ *Organizacja rozgrywek młodzieżowych*
Wojciech Marcinek – Przewodniczący KGiD MZPR

Niedziela – 21.05.2017 r.

- 9⁰⁰–10³⁰ ➤ *Doskonalenie poruszania się w ataku i w obronie oraz doskonalenie
operowania piłką*
Marek Płatek – Pogoń Zabrze
- 10³⁰–12⁰⁰ ➤ *Ćwiczenia sprawności ogólnej i specjalnej z wykorzystaniem przyrządów
i przyborów*
Anna Niewiadomska – Pogoń Zabrze
- 12⁰⁰–13³⁰ ➤ *Kompleksowe ćwiczenia obrony*
Marek Płatek – Pogoń Zabrze
- 13³⁰–14³⁰ przerwa obiadowa
- 14³⁰–16⁰⁰ ➤ *Monitorowanie treningu piłkarzy ręcznych za pomocą wskaźników
fizjologicznych – praktyczne wykorzystanie sport-testerów*
dr hab. Marcin Maciejczyk – fizjolog sportu, AWF w Krakowie
- 16⁰⁰–17³⁰ ➤ *Opracowanie strategii nauczania techniki ruchu*
dr hab. prof. nadzw. Michał Spieszny
- 17³⁰–17⁴⁵ Zakończenie kursokonferencji i wręczenie certyfikatów