

Program kursokonferencji szkoleniowej piłki ręcznej - licencja B i C, organizowanej przez Lubelski Związek Piłki Ręcznej w terminie: 13-15 września 2024.

Piątek 13.09.2024

Godzina 16.00 - 17.30. Rola przygotowania motorycznego w procesie treningowym w piłce ręcznej – *dr Krzysztof Krawczyk prof. UMCS (teoria) – 2 godz.*

Godzina 17.45 - 19.15 Kształtowanie wydolności tlenowej i beztlenowej w piłce ręcznej – aspekty teoretyczne i praktyczne – *dr Tomasz Bielecki prof. UMCS (teoria) – 2 godz.*

Sobota 14.09.2024

Godzina 9.00 - 10.30. Obrona aktywna – przyczyny niepowodzeń – *mgr Józef Kulik (teoria) – 2 godz.*

Godzina 10.45 – 12.15. Obrona aktywna – przyczyny niepowodzeń – *mgr Józef Kulik (praktyka) – 2 godz.*

Godzina 13.00 – 14.30. Technika i taktyka gry bramkarza na etapie szkolenia ukierunkowanego - *mgr Piotr Dropek (praktyka) – 2 godz.*

Godzina 14.45 – 16.15. Technika i taktyka ataku szybkiego na etapie szkolenia ukierunkowanego - *mgr Patryk Maliszewski (praktyka) – 2 godziny.*

Godzina 16.30 - 18.00. Technika i taktyka gry bramkarza na etapie szkolenia ukierunkowanego - *mgr Piotr Dropek (teoria) – 2 godz.*

Niedziela 15 września 2024

Godzina 9.00 - 10.30 Organizacja działań ofensywnych we współczesnej piłce ręcznej – *mgr Józef Kulik (teoria). – 2 godz.*

Godzina 10.45 - 12.15 Przepisy piłki ręcznej w kontekście wprowadzonych zmian -- *Przewodniczący Komisji Sędziowskiej LZPR Paweł Kwapisz (teoria) – 2 godz.*

Razem 18 godzin.

Opracował: *dr Krzysztof Krawczyk prof. UMCS*

Zajęcia będą odbywały się w obiektach Centrum Kultury Fizycznej Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie przy ul. Langiewicza 22.