



WMZPR

WARSZAWSKO-MAZOWIECKI
ZWIĄZEK PIŁKI RĘCZNEJ

Warszawsko-Mazowiecki Związek Piłki Ręcznej
ul. S. B. Lindego 20, 01-952 Warszawa

E: biuro@wmzpr.pl
I: www.wmzpr.pl

KURS INSTRUKTORA WMZPR LICENCJA D

PODSTAWY SZKOLENIA DZIECI W PIŁCE RĘCZNEJ

SZCZEGÓŁOWY PLAN KURSU:

(poszczególne godziny planowanych zajęć mogą jeszcze ulec niewielkiej zmianie)

PIATEK (17:00-21:15) [teoria]

>> **TEORIA** *(on-line na platformie ZOOM)*

- 17:00-17:45 – Przywitanie, omówienie celów, tematyki i koncepcji kursu;
- 18:00-18:45 – Historia piłki ręcznej w Polsce i na świecie, aktualne kierunki rozwoju i światowe trendy w szkoleniu dzieci i młodzieży;
- 19:00-19:45 – Współczesna Pedagogika w Aktywności Psychologicznej Dziecka
- 20:00-20:45 – Podstawowe założenia w szkoleniu dzieci, systemy szkolenia dzieci w Polsce i na świecie – podobieństwa i różnice;
- 20:45-21:15 – Piramida rozwojowa dzieci, etapy nauczania i doskonalenia umiejętności w dziecięcej piłce ręcznej (podstawowe metody, formy i zasady stosowane w zajęciach dla dzieci);

SOBOTA (10:00-18:30) [teoria + praktyka]

>> **PRAKTYKA** *(Szkoła Podstawowa nr 2 w Radzyminie Konopnickiej, ul. 24)*

- 10:00-10:45 – pokazowe zajęcia w grupach dziecięcych 4-5 lat;
- 11:00-11:45 – pokazowe zajęcia w grupach dziecięcych 6-7 lat;
- 12:00-12:45 – pokazowe zajęcia w grupach dziecięcych 8-9 lat;
- 12:45-13:45 – przerwa obiadowa;
- 14:00-14:45 – przykładowe formy małych gier uproszczonych na bazie grup dziecięcych 10-11 lat;
- 15:00-17:15 – piłka ręczna „dla wszystkich” – GOALCHA. Metody i formy prowadzenia zajęć, zastosowanie, różne rodzaje gier *(zajęcia praktyczne, czynny udział Uczestników kursu)*;

>> **TEORIA** *(Szkoła Podstawowa nr 2 w Radzyminie, ul. Konopnickiej 24)*

- 17:30-18:30 – omówienie zajęć, podsumowanie dnia, dyskusja;

>> **19:00 → wieczorny PANEL DYSKUSYJNY**

NIEDZIELA (10:00-17:00) [teoria + praktyka]

>> TEORIA (*Szkoła Podstawowa nr 2 w Radzyminie, ul. Konopnickiej 24*)

- 10:00-10:45 – przepisy gry w piłkę ręczną oraz modyfikacje (uproszczenie) przepisów pod kątem przystępności gier dla dzieci;
- 10:45-11:30 – struktura organizowania zajęć z zakresu piłki ręcznej dla dzieci (podstawowe zasady związane z planowaniem zajęć treningowych);
- 11:45-12:15 – selekcja i nabór w sporcie dziecięcym;
- 12:15-12:30 – **zaliczenie teoretyczne**;
- 12:30-13:45 – przerwa obiadowa;

>> PRAKTYKA (*Szkoła Podstawowa nr 2 w Radzyminie, ul. Konopnickiej 24*)

- 14:00-15:15 – praktyczne zajęcia, prowadzone przez Uczestników kursu na bazie małych grup dziecięcych (**zaliczenie praktyczne**);
- 15:30-16:30 – turniej dla dzieci w ramach mini piłki ręcznej sędziowany (nadzorowany) przez Uczestników kursu. Turniej odbywać się będzie równocześnie na dwóch lub trzech boiskach.
- 16:30-17:00 – podsumowanie kursu, Zakończenie.