



Starptautiskās Handbola federācijas projekts “Četru gadu plāns”

Kvalifikācijas celšanas bezmaksas kursi Handbola treneriem

Latvijas Handbola federācija sadarbībā ar Starptautisko Handbola federāciju no 2013. gada 31. maija līdz 2. jūnijam Rīgā rīkos kvalifikācijas celšanas bezmaksas kursus Handbola treneriem (maksimālais dalībnieku skaits – 40). Teorētiskās un praktiskās nodarbības vadīs IHF lektors-eksperts Dr. Martin TUMA no Čehijas.

Nodarbības notiks angļu valodā ar individuālo tulkošanu latviešu valodā. Praktiskajās nodarbībās jāierodas sporta apģērbā un sporta apavos. Kursa noslēgumā katrs no dalībniekiem saņems sertifikātu par kvalifikācijas paaugstināšanu (13 stundas).

Dalībaiursos lūdzam pieteikties pa e-pastu: info@handball.lv, vai tieši Renāram Līcim

Latvijas Sporta Pedagoģijas akadēmijā, Brīvības 333, Rīgā
Kontakts: Renārs Līcis, mob.: 29107103, e-pasts: renarsliscis@inbox.lv

Piektdiena 31.05.2013

15:15-15:30 Dalībnieku reģistrācija
15:30-15:45 Semināra saturs un speciālā uzruna dalībniekiem
15:45-16:45 „Jauno spēlētāju sagatavošana” teorētiskā nodarbība
16:45-17:00 Kafijas pauze
17:00-18:00 “Kā mācīt un uzlabot dažādas taktiskās sistēmas aizsardzībā un uzbrukumā” teorētiskā nodarbība
18:15-19:30 “Kā mācīt un uzlabot dažādas taktiskās sistēmas aizsardzībā un uzbrukumā” praktiskā nodarbība

Sestdiena 01.06.2013

12:00-13:15 “Tehnisko paņēmieni pilnveidošana-metieni” praktiskā nodarbība pirmā daļa
13:15-13:30 Kafijas pauze
13:30-14:45 “Tehnisko paņēmieni pilnveidošana-metieni” praktiskā nodarbība otrā daļa
15:00-16:00 Pusdienas pārtraukums
16:15-17:45 Čempionu līgas ½ fināla spēles KS ViveTargi Kielce - FC Barcelona Intersport skatīšanās (Speciāli uzdevumi dalībniekiem) Obligāts pasākums
17:45-18:00 Kafijas pauze
18:00-18:30 Diskusija par redzēto spēli
19:00-20:30 Čempionu līgas ½ fināla spēles THW Kiel - HSV Hamburg skatīšanās (Speciāli uzdevumi dalībniekiem) Pēc brīvas izvēles

Svētdiena 02.06.2013

09:00-10:00 “Ātrspēka attīstīšana ar pliometrijas treniņu metodiku” teorētiskā nodarbība
10:00-10:30 Kafijas pauze
10:30-11:45 “Ātrspēka attīstīšana ar pliometrijas treniņu metodiku” praktiskā nodarbība
12:00-13:00 Diskusija, noslēgums un sertifikātu pasniegšana