

Program szkolenia dla trenerów zaplecza kadry narodowej

Szkolenie dla trenerów zaplecza kadry narodowej 30-31 sierpnia 2014, Warszawa, Instytut Sportu		
Dzień pierwszy (30.08.2014)		
Godzina	Temat	Prowadzący
8.00 - 9.00	Rejestracja uczestników szkolenia	Instytut Sportu - II piętro
9.00 - 9.15	Otwarcie szkolenia, słowo wstępne	Piotr Marek
9.15 - 10.45	Fizjologia wysiłku fizycznego – energetyka wysiłku, rola układu krążenia i układu oddechowego	Dr hab. prof. nzw. Andrzej Klusiewicz
10.45 - 11.00	<i>Przerwa</i>	
11.00 - 12.30	Trening siły i mocy młodych sportowców	Dr hab. prof. nzw. Zbigniew Trzaskoma
12.30 - 14.00	Biochemiczna kontrola procesu treningowego	Dr Konrad Witek
14.00 - 14.45	<i>Obiad</i>	
14.45-16.15	Żywnienie jako element wsparcia treningu sportowego	Dr hab. Jadwiga Malczewska - Lenczowska
16.15-16.30	<i>Przerwa</i>	
16.30-17.30	Aktualne problemy dotyczące dopingu w sporcie	Dr Andrzej Pokrywka
Dzień drugi (31.08.2014)		
9.00-10.30	Metody rejestracji obciążeń treningowych	Dr Konrad Witek

10.30-12.00	Szkolenie zawodnika – od dziecka do olimpijczyka – wybrane aspekty	Wojciech Borowiak - trener klasy mistrzowskiej
12.00-12.15	<i>Przerwa</i>	
12.15-13.45	Etapy rozwoju psychofizycznego sportowców	Dr hab. prof. nzw. Marcin Krawczyński
13.45-14.30	<i>Obiad</i>	
14.30-15.30	Jak zachęcać dzieci i młodzież do uprawiania wyczynowego sportu?	Dr hab. prof. nzw. Marcin Krawczyński
15.30-17.00	Warsztaty psychologiczne - motywowanie zawodników	Dariusz Nowicki
17.00	Zakończenie szkolenia, wydanie certyfikatów	