

PLAN ORGANIZACJI SZKOLENIA 2013 ROK KADRA WOJEWÓDZKA –MŁODZIK

limit miejsc - 14

Sport

STRZELECTWO

TRENER KOORDYNATOR

| Nazwisko i Imię | Klasa trenerska | Nr lic. PZS | Klub |
|-----------------|-----------------|-------------|----------|
| TOMASIK Andrzej | II | LT12120474 | GRUNWALD |

TRENERZY WSPÓŁPRACUJĄCY

| Lp. | Nazwisko i Imię | Klasa trenerska | Nr lic. PZS | Klub |
|-----|---------------------|-----------------|-------------|-----------|
| 1 | IVANOV Radomyr | M | LT02090147 | LESNA |
| 2 | KAPŁON Ryszard | instr | LT02130487 | BOCK |
| 3 | CEPA Andrzej | instr | LT10090262 | SPARTAKUS |
| 4 | CZUPRYNIAK Marek | instr | LT07090236 | DELFIN |
| 5 | WOJTASIEWICZ Michał | II | LT02130514 | GRUNWALD |

Skład kadry szkoleniowej zatwierdzono na zebraniu wielkopolskiego związku sportowego w dniu **08.01.2013** (dd.mm.rrrr) i uzyskano akceptację wiss.

wielkopolski związek sportowy

akceptacja wiss

.....
pieczęćka i podpis

.....
pieczęćka i podpis

I. CELE SZKOLENIA

Wyłonienie i przygotowanie pod względem sprawności fizycznej i ukierunkowanej najlepszych kandydatów na strzelców wśród dzieci w wieku 13 – 14 lat z naszego województwa. Kontrola systematyczności badań lekarskich oraz przygotowanie do egzaminów na patent i licencję strzelecką. Prowadzenie zajęć ogólnorozwojowych ukierunkowanych na szkolenie w poszczególnych rodzajach konkurencji strzeleckich. Rozeznania możliwości klubów naszego województwa w zakresie szkoleniowym, bazowym i sprzętowym do prowadzenia zajęć szkoleniowych w okresach naborów.

II. FORMY SZKOLENIA

Główne formy szkolenia to zgrupowania i konsultacje. Zgodnie z rocznym programem szkolenia przewiduje się dwa zgrupowania letnie. Odbędą się one w czasie wakacji letnich. Przewidziane są trzy konsultacje szkoleniowe, w tym jedno treningowe, dwa startowe. Konsultacje przeprowadzane będą w czasie roku szkolnego na obiektach sportowych dobrze wyposażonych w sprzęt i urządzenia pozwalające uzyskać właściwy cel szkoleniowy.

III. GŁÓWNE ZADANIA SZKOLENIOWE

1. Prowadzenie właściwego naboru uzdolnionej sportowo młodzieży. Ustalanie z trenerami klubowymi właściwych metod i środków treningowych odpowiednich dla wieku młodzika.
2. Prowadzenie w ramach konsultacji szkoleniowych wspólnych treningów z wykorzystaniem nowoczesnych środków technicznych (SCATT, program RWS) zwiększających efektywność szkolenia.
3. Wymiana doświadczeń wśród trenerów, przygotowanie zawodników do rywalizacji sportowej poprzez wspólne zajęcia, treningi, sprawdziany i starty.
4. Podnoszenie poziomu sprawności ogólnej i ukierunkowanej na zgrupowaniach kondycyjnych i specjalistycznych.
5. Kontrola efektów treningowych na konsultacjach startowych i badaniach

IV. BADANIA

1. Okresowe w Przychodni Sportowo – Lekarskiej, dwa razy w roku.
2. Ukierunkowane i psychomotoryczne
3. Testy sprawności fizycznej na zgrupowaniach.

V. WYKAZ ZGRUPOWAŃ, KONSULTACJI, BADAŃ

| Lp. | Rodzaj szkolenia Zgrupowanie/ konsultacja | Termin | Miejsce | liczba zawo dnik. | liczba trene rów |
|-----|--|----------|--------------|-------------------------|------------------------|
| 1 | Konsultacja | 22-24.03 | Zielona Góra | 10 | 1 |
| 2 | Konsultacja | 18-21.04 | Zielona Góra | 8 | 1 |
| 3 | Konsultacja | 01-02.06 | Zielona Góra | 7 | 1 |
| 4 | Zgrupowanie | 01-14.07 | Ustka | 12 | 1 |
| 5 | Zgrupowanie | 16-25.08 | Złotoryja | 5 | 1 |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |

VI. NIEZBĘDNY SPRZĘT I URZĄDZENIA

1. Broń długa i krótka do strzelań sportowych - karabiny i pistolety pneumatyczne, dowolne, sportowe, pistolety do strzelań szybkich.
2. Strzelby do strzelań trap i skeet.
3. Lunety obserwacyjne, stojaki do broni długiej.
4. Trenażery elektroniczne – scatt, biofeedback, polar.
5. Urządzenia wyposażenia strzelnic (transportery tarcz, urządzenia sylwetkowe, trapowe, skeetowe, kulochwyty, maty strzeleckie, tablice, tarcze elektroniczne sius).
6. Sprzęt sportowy indywidualny zawodników (ubioy strzeleckie, buty, rękawice, dresy, wałki, torby).
7. Amunicja, tarcze, rzutki
8. Strzelnice do strzelań 10 m, 25 m, 50 m, trap, skeet.

VII. SPRAWDZIANY

| Lp. | Rodzaj sprawdzianu | Termin | Miejsce |
|-----|--|----------|-----------------------|
| 1 | Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej | 01-14.07 | Zgrupowanie Ustka |
| 2 | Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej | 16-25.08 | Zgrupowanie Złotoryja |
| 3 | | | |
| 4 | | | |
| 5 | | | |

VIII. MIĘDZYWOJEWÓDZKIE MISTRZOSTWA MŁODZIKÓW

| Lp. | MMM | Termin | Miejsce |
|-----|---|----------|--------------|
| 1 | Międzywojewódzkie Mistrzostwa Młodzików | 12-15.09 | Zielona Góra |
| 2 | Mistrzostwa Polski Młodzików | 26-29.09 | Wrocław |

Wielkopolski Związek Sportowy

Trener koordynator

.....
pieczętka i podpis

.....
pieczętka i podpis

Zatwierdzono pod względem merytorycznym

Poznań, dnia2013 r.

Kierownik Szkolenia wiss

Prezes /dyrektor/ wiss

.....
pieczętka i podpis

.....
pieczętka i podpis