



# POLSKI ZWIĄZEK JUDO

**POLISH JUDO ASSOCIATION**

02-761 Warszawa, Ul. Macedońska 14, tel. 022 646 39 20; pzjudo@pzjudo.pl

Warszawa, 10.12.2018 r.

## KONFERENCJA METODYCZO - SZKOLENIOWA

Program szkolenia dla trenerów i sędziów

Rawa Mazowiecka 13-16.12 2018 r.

Miejsce: Obiekt Tatar ul. Katowicka 20D, 96-200 Rawa Mazowiecka

Grupa A - trenerzy IO Tokyo 2020 - 13-15.12

Grupa B - trenerzy programu UKEMI - 14-16.12

Grupa C - trenerzy programu Judo in Schools - 14-16.12.

Grupa D - sędziowie - 14-16.12

### Dzień pierwszy (czwartek 13.12.2018)

Godzina	Miejsce	Temat	Prowadzący
17.00 - 19.00	Hotel	Rejestracja uczestników szkolenia - grupa A	Karolina Lebioda - Biuro PZ
19.00 - 20.00	Restauracja	Kolacja	
21.00 - 21.45	Sala II	Powitanie uczestników i otwarcie szkolenia. Wprowadzenie uczestników do tematyki zajęć - program ramowy. - grupa A	Jacek Zawadka - Prezes PZ Judo dr Adam Maj - Dyrektor Sportowy PZ Judo Jarosław Wołowicz - moderator szkolenia PZ Judo; Daniel Lascau - Sport Director IJF
22:00	Sala II	Spotkanie robocze	

### Dzień drugi (piątek 14.12.2018)

Godzina	Miejsce	Temat	Prowadzący
8.00 - 9.00	Restauracja	Śniadanie	
9.00 - 10.00	Sala II	Integracja środków treningowych i metod diagnostycznych w optymalnym procesie szkolenia zawodników judo.	dr Zbigniew Obmiński Instytut Sportu – Państwowy Instytut Badawczy
10.00 - 11.30	Sala judo	Tendencje rozwiązań technicznych w ocenie IJF. Grupa A.	Daniel Lascau - Sport Director IJF
12.00 - 13.30	Sala II	Trendy rozwoju dyscypliny w działaniach IJF. Grupa A.	Daniel Lascau - Sport Director IJF
13.30 - 14.00	Restauracja	Obiad	
15.30 - 17.00	Sala judo	Tendencje rozwiązań technicznych w ocenie IJF. Grupa A.	Daniel Lascau - Sport Director IJF
17.30 - 18.30	Sala II	Trendy rozwoju dyscypliny w działaniach	Daniel Lascau - Sport Director IJF

		IJF. Grupa A.	
17.00 - 19.00	Hotel	Rejestracja uczestników szkolenia. Grupy B, C, D	Karolina Lebioda - biuro PZ Judo, Piotr Karolkowski;
17:00 – 21:00	Hotel	Weryfikacja sędziów	Sebastian Skorulski – Sekretarz Kolegium
19.00 -19.30 - grupa A 19.30 -20.30 - grupy B, C, D	Restauracja	Kolacja	
21.00 - 21.45	Sala I	Powitanie uczestników i otwarcie szkolenia. Wprowadzenie uczestników do tematyki zajęć. Grupa D	Jacek Zawadka - Prezes PZ Judo; Cezary Borzęcki – Wiceprezes - PZ Judo; Krystyna Macioszczyk – Dyrektor Sędziów Daniel Lascau Sport Director IJF Jarosław Wołowicz - moderator PZ Judo
21.15 - 22.00	Sala II	Powitanie uczestników i otwarcie szkolenia. Wprowadzenie uczestników do zajęć - program ramowy. Grupy B, C.	Jacek Zawadka - Prezes PZ Judo; dr Adam Maj - Dyrektor Sportowy PZ Judo dr Rafał Kubacki - AWF Wrocław
<b>Dzień trzeci (sobota 15.12.2018)</b>			
8.00 - 9.00	Restauracja	Śniadanie	
9.30 - 11.30	Sala I	Modelowe rozwiązania taktyczne walki w drodze do IO w Tokyo w świetle stosowania aktualnych przepisów walki. Grupy A, D.	Daniel Lascau - Sport Director IJF
9.30 - 11.30	Sala judo	Modelowe rozwiązania metodyki zajęć judo z dziećmi w wieku 6-9 lat. Grupy B, C	dr Rafał Kubacki - AWF Wrocław
12.00 - 14.00	Sala judo	Modelowe rozwiązania taktyczne walki w drodze do IO w Tokyo w świetle stosowania aktualnych przepisów walki – zajęcia praktyczne Grupy A, D.	Daniel Lascau - Sport Director IJF
12.00 - 13.30	Sala II	Wpływ uprawiania sportów walki w tym judo na dzieci i młodzież na tle innych sportów. Grupy B, C.	dr Radosław Górski – lekarz KN
13.30 - 13.45	Sala judo	Zakończenie szkolenia, Grupa A.	
13.30 - 15.00	Restauracja	Obiad 13:30- grupa B,C, 14:15 grupa A, D	
16.30 - 17.30	Sala I	Taktyka walki judo vs	Daniel Lascau - Sport

		aktualne zmiany w przepisach walki Czy Shido może być skuteczną "techniką" zwyciężania . Szkolenie zawodników i sędziów w drodze do IO w Tokyo Grupa D	Director IJF
15.30 - 17.30	Sala judo	Metodyka zajęć z gimnastyki sportowej. Grupy B, C.	Specjalista metodyki nauczania gimnastyki sportowej
17.30 - 19.00	Sala II	Uwarunkowania rozwojowe dzieci w wieku 6-9 lat - fizjologia wysiłku. Grupy B, C.	dr Marcin Łuszczczyk - AWFIS Gdańsk
17.30 - 19.00	Sala judo	Taktyka walki judo vs aktualne zmiany w przepisach walki Czy Shido może być skuteczną "techniką" zwyciężania? Szkolenie zawodników i sędziów w drodze do IO w Tokyo Zajęcia praktyczne Grupa D	Daniel Lascau - Sport Director IJF
19.00 - 20.00	Restauracja	Kolacja	
20.00 - 21.00	Sala II	Regulacje prawne w pracy trenerskiej z najmłodszymi. Grupy B, C.	mec. Michał Farmas
21:30	SALA I	Spotkanie robocze	
<b>Dzień czwarty (niedziela 16.12.2018)</b>			
8.00 - 9.00		Śniadanie	
9.30 - 11.30	Sala judo	Modelowe rozwiązania metodyki zajęć judo z dziećmi w wieku 6-9 lat. Grupy B, C.	Aneta Szczepańska - Judo in Schools
9.30 - 11.00	Sala I	Podsumowanie zajęć - Grupa D	Daniel Lascau Sport Director IJF, Krystyna Macioszczyk - Dyrektor Sędziów,
11.30 - 12.30	Sala I	Szkolenie przyszłych trenerów Plany na 2019,	Jarosław Wołowicz – program „Edukacja” na 2019 PZ Judo.
12.30 - 13.00	Sala II	Podsumowanie zajęć - dyskusja. Programy - UKEMI, Judo in Schools w systemie Szkolenia w Polskim Judo Grupy B, C.	dr Adam Maj - moderator, Arkadiusz Bęcek - Sekretarz Generalny PZ Judo Aneta Szczepańska, dr Rafał Kubacki, Piotr Karolkowski

13.00 - 14.00	Restauracja	Obiad	
---------------	-------------	-------	--

\* Uwaga - w programie mogą nastąpić drobne zmiany.

Projekt finansowany ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki, Polskiego Komitetu Olimpijskiego - program "Solidarność Olimpijska" MKOL



Ministerstwo  
Sportu i Turystyk