



IWBF Семинар по баскетбол на инвалидни колички
Ниво за начинаещи – за начинаещи треньори в
областта на баскетбола на инвалидни колички
11-ти – 13-ти декември 2009 г.
НСА „Васил Левски”, София, България

ПРОГРАМА ЗА СЕМИНАРА

Петък, 11-ти декември:

16.00 – 18.00 ч.

- **Запознаване със същността на баскетбола на инвалидни колички** (теоретична част)
- Разбиране на ролята на спорта – баскетбол на инвалидни колички за живота на (а) Вашите състезатели и (б) Вашето по-голямо общество (теоретична част)

Събота, 12-ти декември:

09.00 – 11.00 ч.

- Основни умения за сръчност при баскетбол на инвалидни колички (теоретична част)
- Видео материал: Университет на Илинойс, основни упражнения и тренировки (теоретична част)

11.15 – 13.15 ч.

- Основни умения за сръчност при баскетбол на инвалидни колички (практическа част)
-Отборно - Индивидуално

Пауза за обяд

- 14.00 – 15.45 ч. Тренировъчна част (практическа част)
- 16.00 – 17.30 ч. Запознаване с основните похвати в защита и нападение, характерни за баскетбола на инвалидни колички (практическа част)

Неделя, 13-ти декември:

- 08.30 – 10.00 ч. Поставяне на цели/Предварително планиране на тренировките: в краткосрочен и дългосрочен план (теоретична част)
- 10.30 – 12.00 ч. Запознаване с основните похвати в защита и нападение, характерни за баскетбола на инвалидни колички (теоретична част)

