

**LATVIJAS VOLEJBOLA FEDERĀCIJA  
VOLLEYBALL FEDERATION OF LATVIA**

Reģistrācijas Nr. 40008023463  
R.Feldmaņa iela 11, Rīga, LV-1014, Latvija  
Tālrunis +371 67869774  
E-pasts: [lvf@volejbols.lv](mailto:lvf@volejbols.lv), mājas lapa: [www.volejbols.lv](http://www.volejbols.lv)



Registration Nr. 40008023463  
R.Feldmaņa street 11, Riga, LV-1014, Latvia  
Phone +371 67869774  
E-mail: [lvf@volejbols.lv](mailto:lvf@volejbols.lv), home page [www.volejbols.lv](http://www.volejbols.lv)

**JAUNATNES VOLEJBOLA TRENERU KURSI  
2019.11.-12.03.  
Rīgas Volejbola skola, Rīga, Cieceres iela 9**

**KURSU DARBA PROGRAMMA**

Datums	Norises laiks	Tēma	Lektors
<b>11.03.</b>	<b>9.00 - 10.00</b>	Dalībnieku reģistrācija	
	<b>10.15. - 12.15</b>	Uzbrukuma sitiena apmācība/ pilnveidošana/vingrinājumi	Tiks paziņots
	<b>12.30 - 15.00</b>	Bloka apmācība/pilnveidošana, vingrinājumi	A.Odinokovs- Latvijas U-18 jauniešu/meiteņu izlases galvenais treneris, P.Seļivanovs - U-18 jauniešu/meiteņu izlases treneris.
	<b>15.15 - 16.00</b>	Pusdienas kafējnīcā „Kult kafe”	
	<b>16.15 - 18.00</b>	„Dari un domā” volejbola vingrinājumi saistībā ar domāšanas un loģistikas uzdevumiem. (praktiskā nodarbība)	I.Minusa- Latvijas sieviešu izlases galvenā trenere.
<b>12.03.</b>	<b>10.00-12.30</b>	Sporta diagnostika un Volejbolistu traumu profilakse iesildīšanās laikā.	Jēkabs Grinbergs - ORTO sporta diagnostikas un fiziskās sagatavotības speciālists, maģistra grāds augstu sasniegumu sportā un fiziskajā sagatavotībā.
	<b>12.45 - 13.30</b>	Pusdienas kafējnīcā „Kult kafe”	
	<b>13.40.-16.40</b>	Volejbola spēles statistikas nodrošinājums specializētās volejbola programmas sistēmā, spēļu pieraksti un to analīze.	Mihkel Sagar (Igaunija) projektu vadītājs volejbola statistikas nodrošināšanā Igaunijā.
	<b>16.45.</b>	Kursu apliecību izsniegšana	

**Informācija:**

1. Treneriem būs iespēja iegūt 18 akadēmiskās stundas par savas profesionālās kompetences pilnveidi.
2. Dalības maksa - **40 Euro** (četrdesmit Euro) . Dalības maksā iekļautas arī pusdienas.
3. Apmaksu var veikt uz pārskaitījumu (LVF izraksta rēķinu), vai arī kursu dienā pretī saņemot stingrās uzskaites kvīti.
4. Naktsmītnu rezervācija un to apmaksā individuāla.
5. Kursu dalībniekiem līdz ir jābūt sporta tērpiem, ieeja sporta zālē tikai ar sporta apaviem.
6. Līdz š.g. **5. martam** pieteikt dalībuursos aizpildot anketu (pielikumā) un parakstītu atsūtīt uz e-pastu [jaunatne@volejbols.lv](mailto:jaunatne@volejbols.lv).