

**Trenerių kvalifikacijos, dalyvavimo seminaruose, SUVESTINĖ
2019 – 2022 m. mokslo metai**

Eil.Nr.	Vardas, pavardė	Sporto šaka	2019-2020 m.	2020-2021 m.	2021-2022 m.
1.	Miroslav Krepštol	Boksas	2019.12.10 Seminaras. Streso įveikimas kitaip. LSU, Kaunas. 2020.04.6–8 Nuotoliniai seminarai. 1. Atletų mitybos ir fizinių krūvių derinimo strategija. 2. Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse. 3. Y ir Z kartos. Darbas su jaunąja karta. Koučingo pagrindai sporte.	2020.11.27. Nuotolinis seminaras. Efektyvaus vaikų, suaugusiųjų ir senjorų treniravimo naujovės (8 val.). 2020.12.15. Nuotolinis seminaras. (8 val.) Dažniausios sportininkų traumos. Atpažinimas, gydymas, prevencija. 2021.05.24. Nuotolinis seminaras (8 val.). Aktualūs sporto medicinos aspektai vaikų, paauglių ir suaugusiųjų sporte. Kvėpavimo pratimų taikymas sporte.	
2.	Olegas Čursinas	Dziudo imtynės	2019.10. Pedagoginių psichologinių žinių kursai, Vilnius.	X	
3.	Vytautas Juchnevičius	Dviračių sportas	2020.04.6–8 Nuotoliniai seminarai. 1. Atletų mitybos ir fizinių krūvių derinimo strategija. 2. Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse. 3. Y ir Z kartos. Darbas su jaunąja karta. Koučingo pagrindai sporte.	X	Nuo 2022.01.01 Vilniaus Ozo gimnazijoje nedirba.
4.	Oleg Antoščenkov	Graikų–romėnų imtynės	X	X	2021.09.10-12. Trenerių ir kitų sporto specialistų kvalifikacijos tobulinimo seminaras (16 val.), Druskininkai.
5.	Vladimiras Audickas	Graikų–romėnų imtynės	X	2020.11.27. Nuotolinis seminaras. Efektyvaus vaikų, suaugusiųjų ir senjorų treniravimo naujovės (8 val.). 2020.12.15. Nuotolinis seminaras. (8 val.) Dažniausios sportininkų traumos. Atpažinimas, gydymas, prevencija. 2021.03.22 Nuotolinis seminaras. „Y ir Z kartos sporte. Kaip susitarti, ugdyti ir motyvuoti bet kurios kartos atstovą. Kaip išeiti iš komforto zonos“ (8 val.). 2021.03.31. VDU nuotolinis simpoziumas „Sporto mokslas ir Tokijas – 2021“ (6 val.) 2021.05.20. VDU nuotolinis „VDU: Sporto, judesių ir sveikatinimo mokslo simpoziumas“ (6 val.)	2021.09.10-12. Trenerių ir kitų sporto specialistų kvalifikacijos tobulinimo seminaras (16 val.), Druskininkai. 2022.02.21. Seminaras „Kvėpavimo pratimų taikymas sporte“ (8 val.). 2022.06.28. SMC seminaras (6 val.) „Vasaros kvalifikacijos kėlimo akademija“, 1 dalis. 2022.07.28. SMC seminaras (6 val.) „Vasaros kvalifikacijos kėlimo akademija“, 2 dalis. 2022.08.25. SMC seminaras (6 val.) „Vasaros kvalifikacijos kėlimo akademija“, 3 dalis.

6.	Aleksandr Kazakevič	Graikų–romėnų imtynės	LSU magistro diplomas	X	
7.	Jurdanas Radžius	Lengvoji atletika	<p>2019.11.8-10 Europos lengvosios atletikos metimų trenerių kursai, Talinas, Estija.</p> <p>2019.11.28. Seminaras. Atletų judesių mokymo, krūvio planavimo ir treniravimo naujovės. Vilnius.</p> <p>2019.12.18-19 Lietuvos lengvosios atletikos trenerių kvalifikacijos tobulinimo kursai (11 val.). Vilnius.</p> <p>2020.03.23-25 Treniravimo mokymas, planavimas, krūviai, naujovės, Sporto mityba“, Sporto psichologija. Vilnius.</p> <p>2020.04.6–8 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Atletų mitybos ir fizinių krūvių derinimo strategija.</p> <p>2. Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse.</p> <p>3. Y ir Z kartos. Darbas su jaunąja karta. Koučingo pagrindai sporte.</p>	<p>2020.11.27. Nuotolinis seminaras. Efektyvaus vaikų, suaugusiųjų ir senjorų treniravimo naujovės (8 val.). 2021.01.27 LSU nuotoliniai mokymai.</p> <p>Dvikrypties karjeros vaidmuo ir suderinamumas (4 val.).</p> <p>2021.02.22. Nuotolinis seminaras „Trenerio „abėcėlė“. Šiuolaikinio žmogaus dilema: paklusti genetikai ar protui“ (8 val.)</p> <p>2021.03.22 Nuotolinis seminaras. „Y ir Z kartos sporte. Kaip susitarti, ugdyti ir motyvuoti bet kurios kartos atstovą. Kaip išeiti iš komforto zonos“ (8 val.)</p> <p>2021.05.24. Nuotolinis seminaras (8 val.). Aktualūs sporto medicinos aspektai vaikų, paauglių ir suaugusiųjų sporte. Kvėpavimo pratimų taikymas sporte.</p>	<p>2021.11.19-21. Tarptautinė konferencija Taline (Estija). „European Discus Throw Conference 2021“ (14 val.).</p> <p>2021.12.18. Konferencija. „Fizinis aktyvumas: nuo vaizdinių kūrimo link elgesio kontrolės“ (4 val.)</p>
8.	Juzefas Romankovas	Lengvoji atletika	X	<p>2021.05.24. Nuotolinis seminaras (8 val.). Aktualūs sporto medicinos aspektai vaikų, paauglių ir suaugusiųjų sporte. Kvėpavimo pratimų taikymas sporte.</p>	<p>2021.10.27-29. Lengvosios atletikos trenerių kvalifikacijos tobulinimo kursai (20 val.)</p>
9.	Karolis Kaladinskas	Rankinis	X	X	
10.	Artūras Kalininas	Šiuolaikinė penkiakovė	<p>2019.11.28. Seminaras. Atletų judesių mokymo, krūvio planavimo ir treniravimo naujovės. Vilnius.</p> <p>2020.03.23-25 Seminaras. Treniravimo mokymas, planavimas, krūviai, naujovės, Sporto mityba“, Sporto psichologija. Vilnius.</p> <p>2020.04.6–8 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Atletų mitybos ir fizinių krūvių derinimo strategija.</p> <p>2. Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse.</p>	<p>2020.10.26 Nuotolinis seminaras. Maistas kaip išorės aplinkos veiksnys darantis poveikį sportuojančiam organizmui. Magnio, kalcio ir seleno reikšmė sportininkui.</p> <p>2020.11.27. Nuotolinis seminaras. Efektyvaus vaikų, suaugusiųjų ir senjorų treniravimo naujovės (8 val.).</p> <p>2020.12.15. Nuotolinis seminaras. (8 val.) Dažniausios sportininkų traumos. Atpažinimas, gydymas, prevencija.</p> <p>2021.02.22. Nuotolinis seminaras</p>	<p>2021.09.20 Sporto psichologijos seminaras (SMC, 8 val.). Kaip pagerinti trenerio ir sportininko tarpusavio supratimą.</p> <p>2021.10.14 Ukrainos NOK nuotolinis seminaras. „Organizational and managerial, Scientific and methodological, material And technical support of long-tem athletes development“.</p> <p>2021.11.22. Seminaras. „Jėgos ir galingumo testavimo, treniravimo ir planavimo Naujovės“ (8 val.).</p> <p>2021.12.14 Ukrainos NOK nuotolinis seminaras. „Olympic movement: History</p>

			<p>3. Y ir Z kartos. Darbas su jaunąja karta. Koučingo pagrindai sporte.</p> <p>2020.04.21-23 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Sportininkų techninio rengimo mokslas ir praktika.</p> <p>2. Mineralinės – reikšmė sportininko organizmui.</p> <p>3. Nestabilaus paviršiaus priemonių panaudojimo galimybės sportininkų rengime.</p> <p>2020.05.05-07 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Viskas apie tempimo pratimus.</p> <p>2. Laikysenos svarba gyvenime ir sporte.</p> <p>3. Tarpinis badavimas, keto dieta. Mažo angliavandenių liekio (Low carb) dieta.</p> <p>2020.05.19-21 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Trenerio karjera.</p> <p>2. Sportininkui palanki mitybos sistema sveikatos požiūriu.</p> <p>3. Sportinės traumos prevencijos principai.</p>	<p>„Trenerio „abėcėlė“. Šiuolaikinio žmogaus dilema: paklusti genetikai ar protui“ (8 val.)</p> <p>2021.03.31 Ukrainos NOK nuotolinis seminaras. „Periodization of the annual preparation of athletes“, prof. Volodimiras Platonovas.</p>	<p>and modernity. Modern sports training system.</p> <p>2022.04.25. SMC seminaras (8 val.) „Judesių tikslumo, jausmo, kinestezijos, propriocepcijos treniravimas“.</p> <p>2022.07.28. SMC seminaras (6 val.) „Vasaros kvalifikacijos kėlimo akademija“, 2 dalis.</p> <p>2022.08.25. SMC seminaras (6 val.) „Vasaros kvalifikacijos kėlimo akademija“, 3 dalis.</p>
11.	Svetlana Vetrova	Dziudo	<p>2019.11.28. Seminaras. Atletų judesių mokymo, krūvio planavimo ir treniravimo naujovės. Vilnius.</p> <p>2020.05.14. Webinaras. Sportinių įgūdžių formavimas, VDU prof. Rūtenis Paulauskas.</p>	X	
12.	Rimvydas Kochanauskas	Futbolas	<p>2019.11.29-12.01 UEFA PRO licencijos kvalifikacijos kėlimo kursai. Berlynas, Vokietija.</p>	<p>2021.01.13 Futbolo trenerių rengimo asociacijos raštas, kad dalyvavo kursuose dėl UEFA PRO licencijos pratęsimo.</p>	<p>2022.07.18. LFF ir futbolo trenerių rengimo Asociacijos Futbolo atletinio rengimo Mokymai (40 val.).</p>
13.	Artūras Orlovas Nacionalinės kategorijos stalo teniso teisėjo vardas	Stalo tenisas	<p>2020.08.22-23 Europos stalo teniso asociacijos (ETTU) nuotolinis seminaras.</p>	<p>2021.01.18 Europos stalo teniso asociacijos (ETTU) nuotolinis seminaras.</p> <p>2021.02.26. Nuotolinis seminaras (8 val.) „Trenerio „abėcėlė“. Šiuolaikinio žmogaus dilema: paklusti genetikai ar protui“.</p> <p>2021.03.22 Europos stalo teniso asociacijos (ETTU) nuotolinis seminaras.</p> <p>2021.04.12 Europos stalo teniso asociacijos (ETTU) nuotolinis seminaras.</p>	<p>2021.11.13-14. LSTA mokymai (9 val.): Psichologijos pagrindai, stalo teniso Technikos metodologija, padavimų ir Priėmimų technika, dažniausiai pasitaikančios klaidos.</p>

				2021.08.12-13 Europos stalo teniso asociacijos (ETTU) ir Latvijos seminaras „Coaching children“.	
14.	Aurimas Tamaliūnas	Futbolas	X	X	2021.11-2022-03 LFF mokymai UEFA A kategorijai gauti. 2022.03.01-04. UEFA A kvalifikacinės kategorijos kursų praktiniai užsiėmimai Marijampolės FK “Sūduva”.
15.	Jurgita Štreimikytė - Virbickienė	Krepšinis	2020.05.19-21 Nuotoliniai seminarai. 1. Didelio ir maksimalaus intensyvumo intervalinės treniruotės. 2. Sportininkui palanki mitybos ir gyvensenos sistema sveikatos požiūriu. 3. Sportinės traumos prevencijos principai. 2020.06.29 LKF seminaras U-10 – U-18 amžiaus kategorijų mergaičių trenerių kvalifikacijos kėlimas.	2021.04.15 Lietuvos olimpinės akademijos (LOA) nuotoliniai mokymai (4 val.) „XXI a. treneris – sunkumai ir iššūkiai. Treniruočių scenarijų konstravimas: Status Quo ir ateities perspektyvos“. 2021.04.30 Nuotolinis sporto teisės seminaras (8 val.) „Sporto teisės pagrindai“. 2021.05.24. Nuotolinis seminaras (8 val.). Aktualūs sporto medicinos aspektai vaikų, paauglių ir suaugusiųjų sporte. Kvėpavimo pratimų taikymas sporte.	
16.	Edmundas Matusevičius	Lengvoji atletika	2019.10.29 Seminaras. Kaip (padėti) atsitiesti po nesėkmių (sporte). Vilnius. 2019.12.6-7 Kursai. Lietuvos olimpinės rinktinės kandidatų pasirengimas olimpinėse žaidynėse Tokijuje. 2019.12.18 Antidopingo seminaras/mokymai (1,5 val.) Vilnius. 2019.12.18-19 Lietuvos lengvosios atletikos trenerių kvalifikacijos tobulinimo kursai (11 val.). Vilnius. 2020.04.6–8 Nuotoliniai seminarai. 1. Atletų mitybos ir fizinių krūvių derinimo strategija. 2. Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse. 3. Y ir Z kartos. Darbas su jaunąja karta. Koučingo pagrindai sporte. 2020.05.05-07 Nuotoliniai seminarai. 1. Viskas apie tempimo pratimus.	2021.02.22. Nuotolinis seminaras (8 val.) „Trenerio „abėcėlė“. Šiuolaikinio žmogaus dilema: paklusti genetikai ar protui“. 2021.05.24. Nuotolinis seminaras (8 val.). Aktualūs sporto medicinos aspektai vaikų, paauglių ir suaugusiųjų sporte. Kvėpavimo pratimų taikymas sporte.	2021.10.27-29. Lengvosios atletikos trenerių kvalifikacijos tobulinimo kursai (20 val.) 2021.11.22. Seminaras (8 val.). „Jėgos ir galingumo testavimo, treniravimo ir planavimo naujovės“. 2022.04.22. LOA nuotolinis seminaras (5 val.) „Sportininkų treniruotės kontrolė ir valdymas“. 2022.04.25. SMC seminaras (8 val.) „Judesių tikslumo, jausmo, kinestezijos, propriocepcijos treniravimas“.

			<p>2. Laikysenos svarba gyvenime ir sporte.</p> <p>3. Tarpinis badavimas, keto dieta. Mažo angliavandenių liekio (Low carb) dieta.</p> <p>2020.06.26 Konferencija (9 val.) Kitoks požiūris į nugaros skausmą“.</p>		
17.	Ričardas Panavas	Slidinėjimas	<p>2020.04.6–8 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Atletų mitybos ir fizinių krūvių derinimo strategija.</p> <p>2. Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse.</p> <p>3. Y ir Z kartos. Darbas su jaunąja karta. Koučingo pagrindai sporte.</p> <p>2020.04.21-23 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Įvairaus amžiaus sportininkų techninio rengimo mokslas ir praktika.</p> <p>2. Mineralinės medžiagos - Magnis, Kalcis, Selenas – reikšmė sportininko organizmui.</p> <p>3. Nestabilaus paviršiaus priemonių panaudojimo galimybės sportininkų rengime.</p>	X	
18.	Mindaugas Janulis	Sunkioji atletika	<p>2019.11.28 Seminaras. Atletų judesių mokymo, krūvio planavimo ir treniravimo naujovės. Vilnius.</p> <p>2020.03.23-25 Treniravimo mokymas, planavimas, krūviai, naujovės, Sporto mityba“, Sporto psichologija. Vilnius.</p> <p>2020.04.6–8 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Atletų mitybos ir fizinių krūvių derinimo strategija.</p> <p>2. Lokomociniai pratimai sveikatingumo ir sporto treniruotėse.</p> <p>3. Y ir Z kartos. Darbas su jaunąja karta. Koučingo pagrindai sporte.</p> <p>2020.04.21-23 Nuotoliniai seminarai.</p> <p>1. Įvairaus amžiaus sportininkų techninio rengimo mokslas ir praktika.</p> <p>2. Mineralinės medžiagos - Magnis, Kalcis, Selenas – reikšmė sportininko organizmui.</p>	<p>2020.10.22-23. LTOK sporto trenerių (vadybininkų) kursai. Vilnius</p> <p>2020.11.27. Nuotolinis seminaras. Efektyvus vaikų, suaugusiųjų ir senjorų treniravimo naujovės.</p> <p>2020.12.15. Nuotolinis seminaras. (8 val.) Dažniausios sportininkų traumos. Atpažinimas, gydymas, prevencija.</p> <p>2021.01.25. Nuotolinis seminaras (8 val.) „Svajonių sporto organizacijos kūrimas“.</p> <p>2021.02.26. Nuotolinis seminaras (8 val.) „Trenerio „abėcėlė“. Šiuolaikinio žmogaus dilema: paklusti genetikai ar protui“.</p> <p>2021.03.26 Nuotolinis seminaras (8 val.) „Y ir Z kartos sporte.Kaip susitarti, ugdyti ir motyvuoti bet kurios kartos atstovą. Kaip išeiti iš komforto zonos“</p>	<p>2022.01.25. SMC seminaras (8 val.) „Ištvermės treniravimo technologijos ir ištvermės testavimas netiesioginiu būdu“.</p>

			3. Nestabilaus paviršiaus priemonių panaudojimo galimybės sportininkų rengime. 2020.05.05-07 Nuotoliniai seminarai. 1. Viskas apie tempimo pratimus. 2. Laikysenos svarba gyvenime ir sporte. 3. Tarpinis badavimas, keto dieta. Mažo angliavandenių liekio (Low carb) dieta.	2021.04.22. LOA nuotolinis seminaras. „Sportas bei širdies ir kraujagyslių sveikata“ (4 val.). 2021.05.24. Nuotolinis seminaras (8 val.). Aktualūs sporto medicinos aspektai vaikų, paauglių ir suaugusiųjų sporte. Kvėpavimo pratimų taikymas sporte.	
19.	Kęstutis Galdikas	Tinklinis	Nedirbo	X	
20.	Albert Techov	Dziudo	Nedirbo	X	
21.	Aistė Gričiūtė	Futbolas	Nedirbo	2020.10.05. LFF mokymai. UEFA C diplomas. 2021.01.25. Nuotolinis seminaras (8 val.) „Svajonių sporto organizacijos kūrimas“.	2021.11.26 Teorinė – praktinė konferencija „Keturiš fizinio ugdymo pamokos – patiks ir jums“ (6 val.)
22.	Virginija Vilčinskaitė - Ogulevičienė	Greitasis čiuožimas	Nedirbo	Nuo 2020 m. Tarptautinės čiuožimo sąjungos internetinė mokymo platforma. ISU Elearning platform. Nuo 2021 m. Antidopingo internetinė švietimo ir mokymosi platforma. Anti-Doping Education and learning Platform ADEL-WADA. 2021.05.20. Nuotolinis seminaras VDU: Sporto, judesių ir sveikatinimo mokslo simpoziume “ Populiariausios judėjimo ir sporto strategijos sveikatai ir gerovei: kiek, kada, kodėl, kaip?”(6 val.)	Nuo 2021 m. Antidopingo internetinė švietimo ir mokymosi platforma. Anti-Doping Education and learning Platform ADEL-WADA. 2022.02.05-14 Tarptautinės čiuožimo sąjungos greitojo čiuožimo trumpuoju taku seminaras treneriams (46 val.) ISU short track speed skating seminar for coaches. 2022.02.23 ISM Švietimo lyderystės paskaita “Kaip formuoti švietimo bendruomenę?” (1,5 val.)
23.	Edvinas Justa	Krepšinis	Nedirbo	Nedirbo	
24.	Laimutė Juchnevičienė	Lengvoji atletika	Nedirbo	Nedirbo	
25.	Asta Jansonienė	Tinklinis	Nedirbo	Nedirbo	
26.	Virginija Paliokaitė	Tenisas	Nedirbo	Nedirbo	
27.	Sigitas Klerauskas	Irklavimas	Nedirbo	Nedirbo	

Informaciją surinko:

Alvidas Raškauskas