



Latvijas Republikas sporta speciālistu, treneru un sportistu
profesionālās kompetences pilnveides seminārs

2024. gada 12. aprīlis
“Fizisko darbaspēju pilnveidošana un novērtēšana”
(8 stundas)

DARBA PROGRAMMA

Norises vieta: virtuālā telpa **Zoom** platforma

(saiti, norādītajā e-pastā, saņemsiet dienu pirms semināra)

Piektdiena, 12. aprīlis		
9.00- 9.10	Reģistrēšanās, tiešsaistes pieslēgšanās Zoom platformā.	
9.10-10.40	Galvenie iemesli sportistu darbaspēju testu veikšanas nepieciešamībai.	LSPA profesore Inese Pontaga
10.55 -12.25	Kustību ātruma paaugstināšanas mehānismi un biomehānikas principi.	LSPA profesors Jānis Lanka
12.25-13.00	Pārtraukums.	
13.00-16.00	Fizisko darbaspēju novērtēšana sportā.	LSPA vadošais pētnieks Edgars Bernāns
16.00	Semināra noslēgums.	

Una Gūtmane una.gutmane@lspa.lv
Ilona Blekte ilona.blekte@lspa.lv