

I TASEME SPORDI ÜLDAINETE KOOLITUS

16.–18. märts 2012, Tartu, Jakobi 5-203

Reede, 16. märts 2012

09.45 – 10.00	saabumine
10.00 – 10.15	sissejuhatus - Tõnis Matsin Treenerite tasemekoolitus ja litsenseerimine Eestis
10.15 – 11.45	Luule Medijainen Lühiülevaade inimese organismi ehitusest ja talitlusest
12.00 – 13.30	Luule Medijainen Organsüsteemide ja organismi kui terviku talitluse regulatsioon. Treeningupuhused muutused inimese organismis
13.30 – 14.30	<i>lõuna</i>
14.30 – 16.00	Luule Medijainen Inimese kohanemisvõime
16.00 – 16.15	<i>kohvipaus</i>
16.15 – 19.15	Lennart Raudsepp Sporditurunduse alused Sissejuhatus majandusõppesse. Spordi organisatsiooniline alus ja struktuur

Laupäev, 17. märts 2012

09.00 – 10.30	Jorgen Matsi Motivatsioon spordis
10.30 – 10.45	<i>kohvipaus</i>
10.45 – 12.15	Aave Hannus Treener kui grupi liider
12.15 – 13.00	<i>lõuna</i>
13.00 – 14.30	Raivo Puhke Sporditehnika õpetamine ja omandamine
14.45 – 16.15	Raivo Puhke Treenerile vajalikud oskused ja võimed
16.15 – 16.30	<i>kohvipaus</i>
16.30 – 19.30	Rein Jalak Olulisemad ealised iseärasused Spordimeditsiiniline terviseuuring spordis

Pühapäev, 18. märts 2012

09.00 – 10.30	Jarek Mäestu Treeningu printsiibid ja nende rakendatavus
10.30 – 10.45	<i>kohvipaus</i>
10.45 – 12.15	Jarek Mäestu Kehalise ettevalmistuse baaskomponendid
12.15 – 13.00	<i>lõuna</i>
13.00 – 14.30	Rein Jalak Sagedasemad haigused spordis
14.30 – 14.45	<i>kohvipaus</i>
14.45 – 16.15	Rein Jalak Sagedasemad tugi-liikumisaparaadi haigused