

## **Darbo programa**

### Liepos 17 d. (šeštadienis)

Išvykimo diena

### Liepos 18 (sekmadienis)

Atvykimo diena

15:00-18:00 susipažinimas su Kroatijos žolės riedulio federacijos administracijos darbuotojais

18:00-19:00 vakarienė

19:00 kultūrinė programa

### Liepos 19 (pirmadienis)

09:00-10:00 pusryčiai

10:00-11:00 programos pristatymas

11:00-13:00 išvyka į stažuotės vykdymo vietą, žolės riedulio federacijos sintetinės dangos stadioną, federacijos trenerių vedamų treniruočių stebėjimas ir praktinių įgūdžių pritaikymas darbe su profesionaliais atletais.

13:00-14:00 pietūs

14:00-19:00 trenerių darbo organizavimas (aikštės paruošimas treniruotei, žaidėjų grupių sudarymas ir pan.)

19:00-20:00 vakarienė

### Liepos 20 (antradienis)

09:00-10:00 pusryčiai

10:00-13:00 aukšto meistriškumo žaidėjų treniruočių metodika. Žaidybinių technikų ir mokymo metodikų stebėjimas bei praktinių įgūdžių tobulinimas darbe su profesionaliais sportininkais.

13:00-14:00 pietūs

14:00-19:00 Europos jaunių čempionato peržiūra ir diskusija: treniruočių pravedimo, fizinio pasirengimo, apšilimo metodikų nagrinėjimas ir pan.

19:00-20:00 vakarienė

### Liepos 21 (trečiadienis)

09:00-10:00 pusryčiai

10:00-13:00 mažojo kampionio padavimo metodiniai reikalavimai ir praktinių įgūdžių tobulinimas

13:00-14:00 pietūs

14:00-19:00 mažojo kampionio padavimo praktiniai užsiėmimai stadione. Kartu su Kroatijos riedulio klubo riedulininkais U-18.

19:00-20:00 vakarienė

### Liepos 22 (ketvirtadienis)

09:00-10:00 pusryčiai

10:00-13:00 treniruočių sesija

13:00-14:00 pietūs

14:00-19:00 treniruočių sesija

19:00-20:00 vakarienė

### Liepos 23 (penktadienis)

09:00-10:00 pusryčiai

10:00-13:00 praktinės treniruotės. Žaidimo mušimo zonoje strategija, 4 prieš 4, greitų kontratakų techninis sprendimas

13:00-14:00 pietūs

14:00-19:00 Europos čempionato rungtynių peržiūra, treniruočių pravedimo teorinis užsiėmimas. Patirties mainų seminaras dėl pasiruošimo treniruotei, jos pravedimo, trenerio psichologinio ir fizinio pasiruošimo, taikomų metodikų bei praktinio žinių pritaikymo, profesinių žinių ir įgūdžių tobulinimas.

19:00-20:00 vakarienė

#### Liepos 24 (šeštadienis)

09:00-10:00 pusryčiai

10:00-13:00 mažųjų kampinių techniniai sprendimai, jų įvairovė bei atlikimo naudingumo koeficientas. Trenerių diskusija.

13:00-14:00 pietūs

14:00-19:00 treniruočių pravedimo teorinis užsiėmimas. Patirties mainų seminaras.

19:00-20:00 vakarienė, susitikimas su Kroatijos žolės riedulio federacijos vadovais

#### Liepos 25 (sekmadienis)

Grįžimo diena