****

**BASKETBOLA PRASMJU UN IEMAŅU PILNVEIDE**

|  |  |
| --- | --- |
| **Laiks** | **2019.gada 29.oktobris, plkst.15.00** |
| **Vieta** | Rīgas Franču licejs, Mēness ielā 8, Rīga |
| **Lektors**Attēlu rezultāti vaicājumam “ainārs čukste” | **Ainārs Čukste,** *ilggadējs jaunatnes basketbola skolas “Rīga/Rīdzene” meiteņu un jauniešu treneris, viens no vadošajiem Latvijas jaunatnes izlašu treneriem* |
| **Mērķauditorija** | Interešu izglītības sporta skolotāji |
| **Semināra ilgums** | 4 stundas |
| **Programma** | Praktiskā daļa:* Pamatprasmju apmācības vingrinājumi- bumbas turēšana, bumbas vadīšana, kustības uzsākšana ar driblu, apstāšanās ar bumbu un metiens no vietas un pēc divsoļa;
* Vingrinājumi un pārvietošanās aizsardzībā;
* Daudzveidīgas piespēles;
* Metienu tehnikas no vietas, pēc bumbas vadīšanas un pēc piespēles;
* Spēles un rotaļas ar basketbola elementiem pamatprasmju apguvei un pilnveidošanai.
 |
| **Plānotais dalībnieku skaits** | 30 |

*Līdzi sporta tērps un sporta apavi!*

*Pieteikties elektroniski gunars.antapsons@intereses.lv*