

### Prof. dr. Romualdo Malinausko paskaita

Data	Laikas	Pavadinimas	Trukmė (val.)	Anotacija	Kaina (€)
2020-05-20	10:00–11:00	<i>Pasaulinėje praktikoje patikrinti metodai sportininkų psichologiniam pastiprinimui</i>	1	<p>Aktualumas yra tas, kad ir įprastomis sąlygomis treneriai kartais pamiršta sportininkams priminti apie psichologinio rengimo metodų svarbą. Kadangi pandemijos metu treneriai pilni nerimo, kaip reikės pasivyti prarastą pasiruošimo laiką, o ir sportininkams dabar ypač reikia psichologinio pastiprinimo, tai ir treneriams, ir jų ugdytiniais labai praverstų aptarti paprastus, bet patikrintus praktikoje efektyvius emocinių būsenų reguliavimo metodus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fiziologiniai (somatiniai) emocinės būsenos reguliavimo metodai.</li> <li>• Kognityvieji emocinės būsenos reguliavimo metodai</li> <li>• Bendrieji emocinės būsenos reguliavimo metodai.</li> <li>• Situaciniai emocinės būsenos reguliavimo metodai.</li> </ul>	10

Paskaita yra skirta aukšto meistriškumo ir sveikatingumo treneriams, sporto ir visuomenės sveikatos stiprinimo specialistams, sportuojantiems ir kitiems suinteresuotiems asmenims.

Bus išduoti pažymėjimai. Paskaita vyks nuotoliniu būdu prisijungiant prie MS TEAMS programos. Prisijungimą prie paskaitos gausite į el. paštą, kai bus sumokėtas mokestis.

**Paskaitos kaina 10 €.**

**Sąskaitos rekvizitai apmokėjimui:** Lietuvos sporto universitetas

AB SEB LT04 7044 0600 0332 5574, įmokos kodas 006

Mokėjimo paskirtis – paskaita, vardas, pavardė asmens, kuris dalyvaus paskaitoje.

Registracija vykdoma **iki gegužės 17 d.** Registracijos forma: [čia](#).

Informacija el. paštu : [jolanta.grigoniene@lsu.lt](mailto:jolanta.grigoniene@lsu.lt)