

ASMENINĖ INFORMACIJA

Modestas Paulauskas



 (Lietuva)

Gimimo data 1945-03-19

SANTRAUKA

Stipriausioje šalies krepšinio komandoje debiutavau vos septyniolikos, o po dviejų metų sulaukiau pakvietimo į Sovietų sąjungos rinktinę, su kuria iškovojau net du olimpinius medalius (1968 m. – bronzos; 1972 m. – aukso). Baigęs krepšinininko karjerą išbandžiau save dėstytojo amplua, taip pat įvairių krepšinio klubų trenerių pozicijose iš kurių egzotiškiausia buvo Angolos krepšinio federacijos rinktinės trenerio pozicija.

DARBO PATIRTIS

2008–2012-

Vyriausiasis treneris

Krepšinio klubas „Zanavykas“, Šakiai (Lietuva)

Buvau atsakingas už klubo sportininkų fizinį pasirengimą. Mano treniruotai komandai pavyko pasiekti gana aukštų rezultatų – 2009-aisiais iškovojome lygos sidabrą, o paskutiniaisiais mano darbo metais buvome treči lygoje.

2002 –2008

Vyriausiasis treneris

Krepšinio klubas „Puntukas“, Anykščiai (Lietuva)

Buvau atsakingas už klubo sportininkų fizinį pasirengimą. Trenerio darbas sekėsi gerai, pavyko pasiekti gana aukštų rezultatų – kiekvienais metais komanda patekdavo į Lietuvos krepšinio A lygos (LKAL) atkrintamąsias varžybas, o 2005-2006 metų sezone komanda užėmė trečiąją vietą.

1997 –1998

Lietuvos jaunimo krepšinio rinktinės vyriausiasis treneris

Lietuvos krepšinio federacija, Vilnius (Lietuva)

Buvau atsakingas už klubo sportininkų fizinį pasirengimą.

1994 –1999

Vyriausiasis treneris

Krepšinio klubas „Žiemgala“, Joniškis (Lietuva)

Buvau atsakingas už klubo sportininkų fizinį pasirengimą. Mano didžiausia atsakomybė buvo sukurti krepšinininkų laimėtojų mentalitetą – tai buvo mano pagrindinė užduotis.

Pirmasis mano treniruojamos komandos sezonas LKAL nebuvo lengvas – klubas tenkinosi 9-ąja pozicija, tačiau kitą sezoną buvome ketvirta, o sekančius du sezonus iškovojome lygos bronzą.

1989 –1992

Vyriausiasis treneris

Krepšinio klubas „Žalgiris“, Kaunas (Lietuva)

Buvo smagu grįžti dirbti į klubą, kuris mane užaugino. Vyriausiojo trenerio pareigos, žinoma, buvo iššūkis, tačiau tai manęs neišgašdino. Svarbiausia čia buvo, kad Lietuva atkūrė nepriklausomybę ir krepšinio klubas nebuvo SSRS čempionato dalimi. 1991 ir 1992 tapome Lietuvos čempionais, iškovojome Lietuvos krepšinio federacijos taurę 1990-aisiais.

1977 –1994

Kūno kultūros katedros docentas

Kauno technologijos universitetas, Kaunas (Lietuva)

Skaičiau studentams paskaitas apie fizinio parengimo metodologijas bei krepšinio techniką. Tuo metu

aktyviai prisidėdavau prie sporto turnyrų organizavimo, konsultuodavau krepšinio teisėjus.

1979 –1989 Vyriausiasis treneris
SSRS jaunimo rinktinė

SSRS krepšinio jaunimo komandos tuo metu Europoje atrodė solidžiai. U-18 rinktinė per šį laikotarpį tris kartus pasipuošė aukso medaliais, kartą sidabro, U-19 iškovojo sidabrą 1983-aisiais. Tai buvo mano geriausia mokykla, vėliau padėjusi tvirtus pamatus trenerio karjerai, – čia supratau, kad kiekvienas krepšininkai, iš tikrųjų, yra atskiras mechanizmas – ir psichologiškai, ir fiziškai.

1979 –1979 Jaunimo krepšinio rinktinės treneris
Angolos krepšinio federacija, Luanda (Angola)

1977 –1979 Rinktinės treneris
SSRS jaunimo rinktinė, Kaunas (Lietuva)

Tik baigęs krepšininko karjerą sulaukiau pasiūlymo išbandyti save trenerio pozicijoje dirbant su jaunimu. Sutikau ir buvo įdomu save išbandyti trenerio pozicijoje. Jaunimo rinktinėi buvo formuojama viena pagrindinė užduotis – ruošti pamainą vyrų rinktinėi.

1971 –1977 Fizinio auklėjimo katedros vedėjas
Kauno technologijos universitetas, Kaunas (Lietuva)

Buvau atsakingas už katedros veiklą, dėstytojų paskaitų tvarkaraštį ir studentų rezultatus tarpuniversitetinėse varžybose.

1964 –1974 Rinktinės narys, krepšininkas
Sovietų sąjungos krepšinio rinktinė

Su SSRS rinktinė iškovoju net 10 medalių, tarp jų 1968-ųjų olimpinė bronzą ir 1972-ųjų auksas. 1965-aisiais buvau išrinktas naudingiausiu Europos čempionato žaidėju. 1969-aisiais buvau išrinktas SSRS krepšinio rinktinės kapitonu juo buvau iki 1974 m.

1961 –1976 Krepšininkas
Krepšinio klubas „Žalgiris“, Kaunas (Lietuva)

Su Kauno „Žalgiriu“ varžėmės Tarybų sąjungos čempionate. Stipriausioje šalies komandoje debiutavau vos septyniolikos, o po dviejų metų sulaukiau pakvietimo į SSRS rinktinę. Su „Žalgiriu“ Tarybų sąjungos čempionate dukart iškovojoje bronzą – 1971 ir 1973.

IŠSILAVINIMAS IR KVALIFIKACIJA

1967 –1971 Treneris
Sovietų Lietuvos valstybinis kūno kultūros institutas, Kaunas (Lietuva)
Kūno treniruočių metodologija, biologija, krepšinio technika.

ASMENINIAI GEBĖJIMAI

Gimtoji kalba lietuvių

Užsienio kalbos

	SUPRATIMAS		KALBĖJIMAS		RAŠYMAS
	Klausymas	Skaitymas	Bendravimas žodžiu	Informacijos pateikimas žodžiu	
anglų	B1	B1	A2	A1	A1

rusų	C1	C1	C2	C1	B1
vokiečių	A1	A1	A1	A1	A1

Lygmenys: A1 ir A2: pradedantis vartotojas - B1 ir B2: pažengęs vartotojas - C1 ir C2: įgudęs vartotojas
Bendrieji Europos kalbų metmenys

Bendravimo gebėjimai

- Jau vaikystėje, žaidžiant krepšinį, įgyti puikūs bendravimo įgūdžiai;
- Sugebu rasti bendrą kalbą su bet kurio amžiaus žmonėmis – to labiausiai išmokė darbo patirtis užimant trenerio pareigas;
- Bendraujant su žurnalistais ir aukšto rango politikais įgyta diplomatinio bendravimo įgūdžiai.

Organizaciniai ir vadovavimo gebėjimai

- Įtemptose situacijose sugebu išlikti ramus ir tapti racionalaus sprendimo ieškotoju;
- Gebu organizuoti darbus, sujungiant skirtingo charakterio ir įgūdžių žmones;
- Sugebu rasti kompromisą tarp skirtingų kolektyvo nuomonių.

PAPILDOMA INFORMACIJA

Apdovanojimai

Esu pelnęs šiuos apdovanojimus:

- Lietuvos didžiojo kunigaikščio Gedimino ordino Komandoro kryžius (1995);
- LTOK Garbės ženklas (1995);
- LTOK Olimpinių žvaigždė (2005);
- KKSD 1 laipsnio ordinas (su grandine) *Už nuopelnus Lietuvos sportui* (2005);
- KKSD Sporto garbės žvaigždė (2015).