

Üldarendav ja saalihoki ring

Ring haarab õpilasi, kellel on huvi ja tahtmist kergejõustiku ja saalihoki vastu.

Sihtgrupp: 2.-9. kl

Juhendaja: Ants Kuusik

Korraldus: tunnid toimuvad 1 kord nädalas 90 minutit korraga.

Õppeaeg: alustatakse sügisel, kokkuleppel võimalik liituda ka aasta keskel.

Eesmärgid: ringi eesmärk on õpilaste TV10 olümpiastardi ja saalihoki maakonna ja vabariigi võistlusteks ettevalmistamine.

Teiseks eesmärgiks on spordihuviliste noortele pakkuda võimalust üldarendavaks treeninguks st arendada jõudu, kiirust, osavust, vastupidavust ning endas spordipisiku arendamist.

Tegevuse sisu: ringis on huvi äratamine kergejõustiku vastu, mängime erinevaid sportmänge, põhimäng on saalihoki. Võimlemine, akrobaatika, jõuharjutused. Sportmängude reeglite tutvustamine. Kergejõustiku noorkohtuniku töö tutvustamine.

Tulemus: kehaline võimekus ja liigutusvilumus on paranenud. Oskus meeskonna töös. Edukamad kuuluvad klassi- ja kooli võistkondadesse.