

Üldarendav spordiring

Spordiring on mõeldud üldtreenituse tõstmiseks eriti mitmekülgse treeningu näol. Treeningtunnid sisaldavad üldtreenitust tõstvaid harjutusi, akrobaatikat, riistvõimlemist, jõusaali, erinevate kergejõustikualade tehnikaelementide omandamist, sulgpalli, saalihokit, korvpalli, võrkpalli, jalgpalli. Parimatele väljund maakondlikel ja vabariiklikel võistlustel.

Sihtgrupp: 3.-9. klass

Juhendaja: Aivar Hommik

Korraldus: treeningtunnid toimuvad 3 korda nädalas 90 minutit korraga

Õppeaeg: soovitav osaleda kogu õppeaasta vältel

Rühma suurus: 20 õpilast

Eesmärgid: anda noorele võimalus areneda mitmekülgse treeningu näol erinevates spordivaldkondades ja aidata leida just temale sobiv spordiala. Õpetada noortele ausa spordi põhimõtteid. Pakkuda võimalust parimatele väljundit võistluste näol maakonna ja vabariigi tasandil.

Tegevuse sisu: eesmärkide saavutamiseks toimuvad järjepidevad treeningud, omavahelised jõukatsumised, pallimängud, vestlusringid jpm. Vanematele õpilastele on tekitatud võimalusi treeningtunni mõningast läbiviimist, mille eesmärgiks on õpetaja ja treeneriameti propageerimine. Treeningrühma toimetamise tulemustest on ülevaatlik blogi internetis (alates 2009 aastast) ja TV 10 olümpiastarti lehekülg Facebookis. Õpilastel on suvel võimalus osaleda spordilaagris.

Tulemus: õpilased arenevad mitmekülgsetl. Oskavad erinevate kergejõustikualade tehnikaid, tunnevad erinevate pallimängude reegleid, oskavad kaaslastega arvestada ja on sõbralikud. Parimad kogevad konkurentsi maakondlikul ja vabariiklikul tasemel.