

Aktualności

Soboty siatkarskie Intersnack.

06 marca 2018

kategoria:

Aktualności



HARMONOGRAM

„RODZINNYCH SOBÓT SIATKARSKICH - INTERSNACK”

Cele przedsięwzięcia:

- propagowanie aktywnego i rodzinnego spędzania wolnego czasu,
- poszerzenie popularności dyscypliny piłki siatkowej wśród dzieci i młodzieży w Nysie,
- wykorzystanie nowo otwartej hali widowiskowo - sportowej.

Uczestnicy: dzieci w wieku przedszkolnym, uczniowie szkół podstawowych i średnich oraz ich rodzice.

Termin zajęć: 1 sobota w miesiącu (8 miesięcy) 2018 r. tj. 24 marca, 28 kwietnia, 19 maja, 16 czerwca (wstępne terminy od września do grudnia, które będą potwierdzone w sierpniu) 29 wrzesień, 27 październik, 17 listopad, 8 grudzień.

Czas trwania zajęć w grupach wiekowych po wcześniejszej weryfikacji: 180 min (4h)

Prowadzący zajęcia: trenerzy wyznaczeni przez kluby AZS PWSZ i NTSK Nysa (4 trenerów)

Proponowane formy zajęć:

- gry i zabawy (slalomy, odbicia, rzuty itp.)
- uproszczone formy treningu ogólnorozwojowego
- uproszczone formy treningu technicznego i taktycznego
- małe i duże gry siatkarskie
- na zakończenie akcji turnieje siatkarskie w poszczególnych grupach wiekowych

Dzieci przedszkolne 4-7 lat + rodzice:

- gry i zabawy wraz z rodzicami:

- a) slalomy
- b) odbicia balonem nad siatką
- c) odbicia raketką do badmintona
- d) wyścigi rodzinne
- e) rzuty do celu
- f) gry i zabawy siatkarskie

Dzieci szkolne 8-12 lat + rodzice:

- slalomy z piłkami,
- tory przeszkód (zadaniowe),
- pokaz i nauka podstawowych postaw siatkarskich, poruszania się po boisku,
- gry i zabawy siatkarskie (rzucanki, wykorzystanie przyrządów specjalistycznych),

