

ÕPPEKAVA



Eesmärgid ja ülesanded:

- Õpilaste kehaliste võimete (kiirus, osavus, painduvus jt.) arendamine ja täiustamine.
- Tervise tugevdamine, puuduste kõrvaldamine kehalises arengus ja ettevalmistuses.
- Loomevõimete arendamine kasutades süstemaatilisi kehalisi harjutusi ja võistlustegevust.
- Teadmiste suurendamine tervislikust eluviisist ja toitumisest.
- Spordiga tegelemiseks täiendavate võimaluste loomine laste, noorte ja täiskasvanute jaoks.
- Tänavaga negatiivsest mõjust kõrvalejuhtimine.
- Noorte vaba aja organiseerimine.
- Spordi ja iluuisutamise vastu püsiva huvi kujundamine ja säilitamine.
- Sportlike iseloomuomaduste, suhtumise ja hoiakute arendamine.
- Töökuse kasvatamine.
- Anda õpilastele teoreetilisi teadmisi spordist ning praktilisi vilumusi selleks, et tõsta treeningute efektiivsust ja tekitada huvi ka tervisespordiga tegelemise jätkamist pärast saavutusspordist lahkumist.
- Talendikate noorte leidmine ja nende ettevalmistamine Eesti Meistrivõistlustel/tiitlivõistlustel edukaks võistlemiseks.