

Kölyökkézi Tábor Budajenőn

6 - 10 éves gyerekek jelentkezését várjuk Zsiga Gyula mesteredző szakvezetésével megrendezésre kerülő egyhetes kézilabda táborunkra

Tábor részletei

Cél: ismerkedés és élményszerzés

Foglalkozások:

A tábor **élményszerző** módon, a kézilabda játék jellemző mozgásaira épülve vezeti be a gyerekeket a sportágba.

A tábor ezen felül célul tűzte ki a sporttal kapcsolatos alapvető ismeretek átadását, amely keretében a gyerekeket megtanulják a sporthoz szükséges bemelegítés, levezetés, rehabilitáció, tisztálkodás, sportszerek használatának gyakorlatát.

Szórakoztatásról az edzések közötti időben kézműves foglalkozással gondoskodunk.

Ellátás:

A tábor a **Budajenői Általános Iskola** tornatermében és területén kerül megrendezésre. A tábor ideje alatt napi 4-szeri étkezést biztosítunk.

A mozgáshoz szükséges tornaszereket a tábor biztosítja, de a személyes felszerelésről (tornacipő, ruha, törölköző és tisztálkodószer) a Szülőknek kell gondoskodniuk.



Ütemezés:

A tábor napközis jelleggel kerül megrendezésre reggel 8-tól délután 5 óráig.

A tábor a jelentkezők létszámától függően 2 turnusban rendezzük meg:

1 turnus: június 28 - július 2 között;

2 turnus: július 5 - július 9 között;

igény esetén egy extra turnust is indítunk augusztus 23 - augusztus 27 között.

Megfelelő számú jelentkező esetén a szülőknek 8-9-ig külön mozgást tartunk, hogy sportosan induljon a nap.

Szervezők:

Zsiga Gyula - kézilabda mesteredző, A kézilabdázás oktatása című könyv szerzője, edzőként Bajnokok Ligája győztes, Magyar Bajnok, Magyar Kupa győztes.

Petra Néni - Tanítónő a Budajenői Általános Iskolában

(a jelentkezők létszámától és kor szerinti összetételétől függően további Tanító nénik kerülhetnek bevonásra)

Továbbá olyan kézilabdát szerető szülők és volt NBI-es játékosok, akik Budajenőn és Telkin laknak és célul tűzték ki ennek a gyönyörű sportnak a meghonosítását.

Részletek

Játékos formában, de alapvetően a kézilabdára jellemző mozgásmintákat tartalmaz az ötnapos program. A szervezők célja nem csak a játék megkedveltetése, hanem azon gyerekek kiválasztása is, akik szívesen folytatnák ezt a sportot iskolai, vagy egyesületi keretekben a következő tanévtől induló Kölyökkézi klubban.

6 - 10 éves fiú- és leánygyermek jelentkezését várjuk. A gyerekeket az életkoruknak megfelelő csoportokba osztjuk:

- I. Korcsoport: 6 - 7 évesek
- II. Korcsoport: 7 - 8 évesek
- III. Korcsoport: 9 - 10 évesek

Napi program:

8.00 - 8.15	érkezés
8.30 - 9.00	reggeli
8.15 - 9.15	Anyák / Apák tornája
(Opcionális)	
9.20 - 10.20	előkészítő, hangulatteremtő játékok
10.00 - 10.30	tízórai
11.00 - 12.00	képesség fejlesztő játékok
12.00 - 13.00	ebéd
13.00 - 13.30	pihenő
13.30 - 14.30	ügyesség és mozgáskoordináció fejlesztés
14.30 - 15.30	kézműves, szellemi vetélkedő és uzsonna
15.30 - 16.30	játékkészséget fejlesztő mozgások, játékok
17.00	napi zárás

A korcsoportok között a programokat vetésforgóban szervezzük.

Az egy hetes tábor érszveteli díja fejenként 17 000 Ft (az ár a felsorolt ellátásokat tartalmazza).

A turnusokat minimum 20 fő jelentkezése esetén indítjuk.

