

Jõulumäe suvekursuse LIIKUMISÕPETAJATE SUVEKOOL LIISU 2019 tunniplaan

17. juuni 2019 (Esmaspäev)				
9.45 SAABUMINE JA REGISTREERIMINE		Kordus tundi *		
10.45 LIISU 2019 AVAMINE		Kursuste korraldajad jätavad endale õiguse teha tunniplaanis muudatusi		
11.20-12.40	KAIRE ASI (puitkattega korvpalliväljak) Tantsulisest liikumisest pallimänguni	KAURI MITT (õppeklass) Kontaktharjutused ja liikumismängud	KRISTI PAI (vaba aja saal peamajas) Erinevate vahenditega liikumistund	KAI RANDRÜÜT (laululava) "Õhinapõhine õppimine liikumistunnis" (alus: LIISU kogumik-5/uus)
12.40-13.30 LÕUNASÖÖK				
13.30-14.50	ULVI EENMAA (õppeklass) Väikelaste liikumisrõõmu kujundamine Ernst Idla meetodit kasutades	KRISTI PAI (vaba aja saal peamajas) Erinevate vahenditega liikumistund *	KARIN PÄRTEL (võrkpalliväljak) Pallilahing - algklassidele kohandatud lihtne ja köitev mäng	KAIRE ASI (puitkattega korvpalliväljak) Tantsulisest liikumisest pallimänguni *
14.50-15.10 PAUS				
15.10-16.30	ULVI EENMAA (õppeklass) Väikelaste liikumisrõõmu kujundamine Ernst Idla meetodit kasutades	KARIN PÄRTEL (võrkpalliväljak) Pallilahing - algklassidele kohandatud lihtne ja köitev mäng *	KÄRT TÕNISSON (vaba aja saal peamajas) Erinevate liikumisvahendite loov kasutamine tantsulise liikumise tunnis	MARGE ALMRE + MEELIS IGGA (õues) Discgolfi harjutused liikumisõpetuse tunnis
16.30-16.50 PAUS				
16.50-18.00	KÄTLIN ERKMANN (õppeklass) Rullmassaaž-lihashooldus	MARGE ALMRE + MEELIS IGGA (õues) Discgolfi harjutused liikumisõpetuse tunnis *	KATRIN RÕÕMUSOKS (kohviku saal) Laste jooga	KÄRT TÕNISSON (vaba aja saal) Erinevate liikumisvahendite loov kasutamine tantsulise liikumise tunnis *
18.00-18.45 ÕHTUSÖÖK				
19.00-20.30 ÜHISTEGEVUS (PEAMAJA õppeklass)				
19.30-23.00 SAUN				

18. juuni 2019 (Teisipäev)

7.15-8.15 MEELIS MÄEKALLE + ELA VULLA tervisejooksu ABC + hommikvõimlemine

08.30-09.20 HOMMIKUSÖÖK

09.20-10.40	KAURI MITT (vaba aja saal peamajas) Kontaktharjutused ja liikumismängud *	KÄTLIN ERKMANN (õppeklass) Rullmassaaž-lihashooldus *	KAIRE ASI (puitkattega korvpalliväljak) Tantsulisest liikumisest pallimänguni *	KATRIN RÕÕMUSOKS (kohviku saal) Laste jooga *
--------------------	--	--	--	--

10.40-11.00 PAUS

11.00-12.00 Ideevahetus töörühmades (**PEAMAJA õppeklass**)

12.00-12.10 PAUS

12.10- 13.15 JAREK MÄESTU (PEAMAJA õppeklass) Liikumise olulisus lapse ja noorukieas - ühisloeng

13.15-14.00 Lõpetamine **PEAMAJA õppeklass** (tagasiside, kokkuvõte ja tunnistused)

14.00- 14.30 LÕUNASÖÖK

TURVALIST KODUTEED!