

Tallinna Ülikooli Terviseteaduste ja Spordi Instituut kutsub Teid osalema koolitusseminarile

## Turnimisest riistvõimlemiseni

Aeg: **21. oktoober 2011**, koolitus algab kell 9.45 – 17.00

**Koolitus toimub** aadressil Narva mnt 25, Tallinna Ülikooli peamaja võimlemissaalis.

**Koolituse eesmärk** on tutvustada mõtteid/ideid kehalise kasvatuses tunniks riistvõimlemise planeerimisel, eesmärgiga pakkuda meeldivat võimlemise kogemust. Läbivaks teemaks riistvõimlemise vahendite tutvustamine ning kuidas planeerida tunni ülesehitust.

Koolitus on mõeldud kõigile, kes tegelevad aktiivselt laste ja noorte kehalise kasvatuses ja spordiga. Koolitusel käsitletavateks teemadeks on akrobaatika eri vormid ja võimlemisriistad: erikõrgusega ja paralleelsed rööbaspuud, poom, rõngad, kang, toenghüpe. Teemasid käsitletakse vastavalt kasutusala sihtgrupist tulenevalt ning tutvustatakse ka turnimismänge.

**Koolitus pakub osalejatele** võimalust ise proovida ja läbi teha praktilisi ülesandeid. Peale praktilise tegevuse toimub arutelu erinevateks rakendusvõimaluste ülekandmiseks igapäevasesse tööse.

**Koolituse sisust tulenevalt** palume varustada ennast koolituse ajaks mugava sportliku riietusega ning sisejalatsitega. Kohapeal olemas võimalused riietevahetuseks.

Koolitajad:

**Viktor Saaron** - TLÜ võimlemise õppejõud. Mitmekordne Eesti meister riistvõimlemises, rahvusvahelise kategooria kohtunik ja rahvusvahelise Võimlemisliidu Võimlemisakadeemia "Gymnastics for All" ekspert.

**Natalia Cherneyko** - TLÜ võimlemise õppejõud. Mitmekordne Eesti meister ja NL noortemeister riistvõimlemises. Rahvusvahelise kategooria kohtunik ja rahvusvahelise Võimlemisliidu Võimlemisakadeemia "Gymnastics for All" ekspert.

**Pakutava koolituse maht on 8 h.**

**Koolituse osavõtumaks** 40 EUR (sisaldab koolitusmaterjale ja kohvipause). Osaleja saab Tallinna Ülikooli täiendkoolituse tunnistuse.

**Oma osalemissoovist** palun anda teada hiljemalt **14.10.2011** [Registreerimisvorm](#)

või e-mailile [katrin.soidra-zujev@tlu.ee](mailto:katrin.soidra-zujev@tlu.ee) (registreerimisel palume näidata osaleja nimi ja isikukood, organisatsioon koos täpse aadressiga ja registrikoodiga kellele arve väljastada, telefon ja E-mail)

Täiendav informatsioon ja registreerimine:

Katrin Soidra-Zujev

TLÜi, TSI koolitusprojektijuht

[katrin.soidra-zujev@tlu.ee](mailto:katrin.soidra-zujev@tlu.ee)

gsm 56 473 623

