

Restart kroužku volejbalu


Barevný mini-volejbal pro chlapce i dívky zahajuje svou činnost v pondělí 20. září 2021 ve školní tělocvičně naší ZŠ.


1. – 3. ročník – pondělí 14:30 – 16:00


4. – 5. ročník – pondělí 16:00 – 17:30

Ve školním roce se budeme věnovat základním pohybovým dovednostem a činnostem, aktivitám k přirozenému rozvoji pohybu, zlepšování dovedností a morálně-volních vlastností našich dětí. Projdeme si **základy pohybu s míčem, atletické a gymnastické zábavné cvičení. Děti se naučí hrát volejbal dle barvy a věku – žlutý – přehazovaná, oranžový – odbíjení a chytání, modrý – zjednodušený volejbal.** Kroužky jsou vedeny odborně, vzhledem k věku dětí a jejich výkonnosti, zábavnou formou. Hrajeme s odlehčenými míči, na menším hřišti a nižší síti. Nezbytnou součástí tréninku jsou cvičení na rozvoj rychlosti, síly, obratnosti a vytrvalosti a dále turnaje v rámci školy. **Pod patronací volejbalového oddílu TJ Slavia HK podporujeme tradiční sportovní odvětví.** Letos bude do kroužků zapojen **bývalý extraligový nahrávač Jakub Holčík, nyní hráč TJ Slavia.**



 @slaviahradec_volejbal

 TJ Slavia HK volejbal

 www.volejbal-slaviahk.cz/