

SYKSY 2024

TENNISKOULUOHJELMA

Elo-syyskuu viikot 34-39, 19.8-29.9 (6 viikon lasku)

- Yleisten liikuntataitojen opettelu. Motoriikan ja koordinaation kehittäminen.
- Tenniksen perusteisiin tutustuminen
- Tenniksen lajinomaisten perustaitojen opettelu.
- Pelit ja leikit

Lokakuu viikot 40-43, 30.9-27.10 (4 viikon lasku)

- Yleisten liikuntataitojen opettelu. Motoriikan ja koordinaation kehittäminen.
- Tenniksen lajinomaisten perustaitojen kehittäminen.
- Tennis on peli. Erilaisten pelinomaisten harjoitteiden variointi taitotason mukaan.
- Seuran sisäinen pelipäivä, matalan kynnyksen kilpailutapahtuma.
- Pelit ja leikit.

Marraskuu viikot 44-47, 28.10-24.11 (4 viikon lasku)

- Yleisten liikuntataitojen opettelu. Motoriikan ja koordinaation kehittäminen.
- Tennis on peli. Erilaisten pelinomaisten harjoitteiden variointi taitotason mukaan.
- Ensimmäinen alueellinen pelipäivä yhdessä Karten kanssa.
- Pelit ja leikit.

Joulukuu viikot 48-51, 25.11-22.12 (4 viikon lasku). Kilpailut pe-su 29.11-1.12, la 30.11 peruttu.

- Yleisten liikuntataitojen opettelu. Motoriikan ja koordinaation kehittäminen.
- Tennis on peli. Erilaisten pelinomaisten harjoitteiden variointi taitotason mukaan.
- Harjoittelun siirtäminen enemmän pelinomaisiin harjoitteisiin.
- Taitotestit.

Kevätkausi alkaa viikolla 2, lauantaina 11.1.2025