

# VÕRU SPORDIKOOLI ÕPPEKAVA

## I ÜLDOSA

Võru Spordikooli tegevuse eesmärgiks on:

- laste ja noorte tervise tugevdamine ning igakülgne kehaline arendamine
- lastele ja noortele sportlike oskuste, vilumuste ja teadmiste õpetamine nende soovide ja eeldustest lähtuvalt vastastikuse lugupidamise kasvatamine “ausa mängu” ideede vaimus
- Eesti sporditraditsioonide järjepidevuse tagamine ja Eesti koondvõistkondadele hästi ettevalmistatud järelkasvu kasvatamine
- Vabatahtliku spordiliikumise arengu innustamine, laste ja noorte, nende vanemate ja juhendajate spordiklubidesse ühinemise ja vabatahtliku sporditöö ideede teostamine

Eesmärkide realiseerimiseks seab Spordikool oma ülesanneteks:

- kindlustada laste ja noorte tingimused vaba aja sportlikuks sisustamiseks
- organiseerida järjepidevaid ja regulaarseid sportlikke treeninguid vastavalt laste ja noorte soovidele, eeldustele ja ettevalmistuse tasemele tagades seejuures piisava arstliku kontrolli
- leida spordis andekaid ja tahtekindlaid lapsi ja noori annete väljaarendamiseks süvendatud treeningtegevuse käigus
- anda lastele ja noortele teoreetilisi teadmisi sportimisest ja spordiliikumisest ning praktilisi kogemusi teiste juhendamiseks ning spordikohtunikuna tegutsemiseks
- olla oma teadmiste ja kogemustega abiks piiekonna koolide sporditegevuse meetoodilisel ja organisatsioonilisel suunamisel
- luua vastastikku kasulikud sidemed piirkonnas tegutsevate spordiklubidega, olla initsiaatoriks oma õpilaste, nende vanemate, sõprade ja treenerite poolt spordiklubide moodustamisel, nende sportimisvõimaluste jätkamiseks peale spordikooli lõpetamist.

## II JUHTIMINE

Spordikooli juhib direktor. Spordikooli direktor on spordikooli seadusjärgne esindaja tema töölepingu kehtivuse ajal. Spordikooli direktor kohustus on tagada spordikooli tulemuslik funktsioneerimine ja arendamine. Direktor kinnitab spordikooli õppeplani, teostab spordikooli töö üldjuhtimist ja vastutab kogu õppe- ja kasvatustöö, meetoodilise, administratiiv-majandusliku tegevuse, pedagoogilise ja ka majandustehnilise personali valiku ja tööerakendamise eest. Direktor võib teha tehinguid, mis on suunatud spordikooli põhikirjaliste eesmärkide ja ülesannete täitmisele.

Spordikooli direktori asetäitja vastutab spordikooli organisatsioonilise ja majandusliku töö eest, kooli spordialase tegevuse edendamise ja spordilaagrite läbiviimise eest.

Spordikoolil on õppenõukogu, mille ülesandeks on spordikooli õppe- ja kasvatustöö analüüsimine, hindamine ja juhtimiseks vajalike otsuste tegemine.

Kui spordikoolis harrastatakse rohkem kui ühte spordiala, siis toimub sellealane õppe- ja kasvatustöö spordiala osakondades. Spordikooli direktor kinnitab osakonnale osakonna

juhataja, kes vastutab spordikooli osakonna komplekteerimise, õppetreeningtöö ja vastava aruandluse eest. Uute osakondade avamine otsustab spordikooli asutaja spordikooli poolse ettepaneku põhjal antud spordialaga tegelemiseks kohustuslike eeltingimuste olemasolul.

Spordikooli edukaks tegevuseks vajalike tingimuste loomiseks moodustatakse spordikooli asutaja poolt spordikooli hoolekogu, mille liikmeteks võivad olla spordikooli treenerite, kohaliku omavalitsuse volikogu liikmete, spordikooli toetavate asutuste esindajad. Spordikooli hoolekogu tegutseb oma põhimääruse alusel, mis koostatakse ja võetakse vastu hoolekogu poolt lähtudes Teadus- ja Haridusministeeriumi koostatud näidispõhimäärusest.

### **III MIKROKLIIMA**

Töökollektiivis peab olema hea mikrokliima, sest siis suureneb inimeste ühtekuuluvustunne, inimestevahelised suhted on avameelsemad ja usalduslikumad, nad on valmis endale vastutust võtma. Nii on võimalik hakata lahendama uusi ja ilmaslt veelgi keerulisemaid probleeme. Töökollektiivi hea mikrokliima kandub edasi ka tundi ning loob eeldused realiseerida õppe-eesmärgid.

### **IV ÕPPIMINE JA ÕPETAMINE**

#### **1. Õppeaasta kestvus**

Õppeaasta spordikoolis algab 01.septembril. Õppe- ja kasvatustöö toimub haridusstandardit tagavate koolide õppetegevusest vabal ajal või väljaspool tööaega 46 nädala jooksul aastas spordikooli tingimustes ja kuni 6 nädalat spordilaagris või individuaalplaneeritud järgi.

#### **2. Nõuded õpingute alustamiseks**

Spordikooli õpilasteks võetakse selleks soovi avaldanud lapsed ja noored nende kirjaliku avalduse põhjal ning vanemate nõusolekul vastavalt spordikooli võimaluste ja tingimuste olemasolule.

Spordikooli astumiseks ei teha mingeid takistusi rahvuse, soo, päritolu, tõekspidamiste, varandusliku seisundi või muude tunnuste põhjal.

Õpilaste vastuvõtt vormistatakse spordikooli direktori käskkirjaga.

#### **3. Õppevormid ja meetodid**

Spordikooli õppekorralduses kasutatakse erinevaid õppevorme ja –meetodeid, sealhulgas:

- treeningtunnid ja teoreetilised tunnid rühmades;
- individuaaltrainingud;
- spordivõistlused;
- spordilaagrid;
- spordikohtuniku ja –juhendajapraktika;
- spordiala tehnika, treeningtundide ja võistluste analüüs;
- arstlik kontroll, meditsiinilised ja taastavad kuurid.

#### **4. Õppe- ja treeningtöö mahud**

Õpperühmade täituvusnormid ning õppe- ja kasvatustöö mahud tundides kehtestab igale rühmale spordikooli direktor võttes aluseks treenerite ettepanekud.

Spordikooli õppe- ja kasvatuskorraldus põhineb plaanipärasel ja regulaarsel treeningtööl kolmes järjestikulises astmes:

- algettevalmistuse aste (AE 1-3)
- õppetreening ehk algspetsialiseerumise aste (ÕT 1-3)
- meisterlikkuse ehk eriala- ja tipptreeningu aste (ÕT 4-5)

Õppe- ja kasvatustöö on jaotatud mitmele aastale ning õpilased jagatud õppetreeningrühmadesse. Õpperühmade moodustamisel arvestatakse õpilaste vanust, sportlikku staaži, funktsionaalseid võimeid, spordimeisterlikkuse tase, arstliku kontrolli tulemusi ja õpilase soovi harjutada suuremate koormustega tippporti jõudmiseks.

Õpilased kinnitatakse õpperühmadesse spordikooli direktori käskkirjaga.

#### SUUSATAMINE

	Õpil.rühmas	T/n	Vanus
AE-1	18	6	7-8-9
AE-2	16	6	9-10
AE-3	14	8	10-11
ÕT-1	12	8	11-12
ÕT-2	10	10	12-13
ÕT-3	10	12	13-14
ÕT-4	8	12	14-16
ÕT-5	6	14	16-18-20

#### KAHEVÕISTLUS, LASKESUUSATAMINE

	Õpil.rühmas	T/n	Vanus
AE-1	12	6	7-8-9
AE-2	12	6	9-10
AE-3	10	8	10-11
ÕT-1	8	8	11-12
ÕT-2	8	10	12-13
ÕT-3	8	12	13-14
ÕT-4	6	12	14-16
ÕT-5	6	14	16-18-20

#### KERGEJÕUSTIK

	Õpil.rühmas	T/n	Vanus
AE-1	18	6	7-8-9
AE-2	16	6	9-10
AE-3	14	8	10-11
ÕT-1	12	8	11-12
ÕT-2	10	10	12-13
ÕT-3	10	12	13-14
ÕT-4	8	12	14-16
ÕT-5	6	14	16-18-20

### VÖRKPALL

	Õpil.rühmas	T/n	Vanus
AE-1	18	6	7-8-9
AE-2	16	6	9-10
AE-3	14	8	10-11
ÕT-1	12	8	11-12
ÕT-2	10	10	12-13
ÕT-3	10	12	13-14
ÕT-4	8	12	14-16
ÕT-5	6	14	16-18-20

### ORIENTEERUMINE

	Õpil.rühmas	T/n	Vanus
AE-1	18	6	7-8-9
AE-2	16	6	9-10
AE-3	14	8	10-11
ÕT-1	12	8	11-12
ÕT-2	10	10	12-13
ÕT-3	10	12	13-14
ÕT-4	8	12	14-16
ÕT-5	6	14	16-18-20

### KREEKA-ROOMA MAADLUS

	Õpil.rühmas	T/n	Vanus
AE-1	18	6	7-8-9
AE-2	16	6	9-10
AE-3	14	8	10-11
ÕT-1	12	8	11-12
ÕT-2	10	10	12-13
ÕT-3	10	12	13-14
ÕT-4	8	12	14-16
ÕT-5	6	14	16-18-20

#### 5. Võistluste korraldamine ja nendest osavõtt

Kõik õpilased võtavad osa maakondlikest võistlustest. Edukamad õpilased võistlevad ka vabariiklikel võistlustel nagu Eesti noorte ja täiskasvanute meistrivõistlustel.

Võimaluste piires osaletakse ka rahvusvahelistel võistlustel:

- Power Cup võrkpalliturniir
- Klaipeda KV (kergejõustik)
- Kuldiga LV (võrkpall)
- Korson Veto klubi võistlustel (maadlus)
- Viiala Valti klubi võistlustel (kergejõustik)
- Põhjamaade noorte MV (suusatamine, suusahüpped ja kahevõistlus)
- Finlandia Junior Games kergejõustikus

Võru Spordikool korraldab traditsioonilisi rahvusvahelisi võistlusi:

- võrkpalli karikavõistlused C ja B vanuseklassidele

- suusaosakonna murdmaajooksu ja rullsuusatamise võistlused
- Ed.Pütsepa nim. kreeka-rooma maadluses
- kergejõustiku karikavõistlused
- Suure-Munamäe mängud murdmaasuusatamises
- J.Kaarna nim kahevõistluses ja suusahüpetes

#### 6. Õppetreeningkogunemiste ja spordilaagrite läbiviimine

Spordikool korraldab õppe- ja kasvatustöö järjepidevuse tagamiseks koolivaheaegadel spordilaagreid ning spordivõistlusteks valmistamisel õppetreeningkogunemisi:

Murdmaasuusatamine-	üüritud baas Otepääl
Võrkpall-	üüritud baasid Pärnus, Kuremaal
Kahevõitlus-	üüritud baasid Otepääl, Tallinnas
Orienteerumine-	üüritud baasid
Laskesuusatamine-	üüritud baas Haanjas
Kreeka-rooma maadlus-	üüritud baasid Kirikumäel
Kergejõustik-	üüritud baas Haapsalus

#### 7. Õpilaste valikuvõimalused koolis tegelemiseks

Spordikooli astumisel võib iga õpilane valida millise spordialaga ta tahab tegeleda. Kui ta soovib üle minna ühelt spordialalt teisele, siis vastavalt treenerite ühisele kokkuleppele ta võib seda ka teha.

#### 8. Nõuded spordikooli ühest spordimeistrlikkuse astmelt teise üleminekuks

	<b>Üleminek AE astmest ÕT(1-3)-sse</b>	<b>Üleminek ÕT(1-3)-st ÕT (4-5) astmesse</b>
KAHEVÕISTLUS, HÜPPED	Kohalikel võistlustel (linn, maakond) koht esimese 50% hulgas	Eesti noorte või juunioride MV-tel ja Eesti noorte talimängudel koht esimese 25% hulgas
KERGEJÕUSTIK	Eesti Kergejõustiku liidu poolt kinnitatud normatiivid	Eesti Kergejõustiku liidu poolt kinnitatud normatiivid
ORIENTEERUMINE	Täita 3 tingimust 2: 1. Eesti oma vanuseklassi edetabelis 1-10.koht 2. Eesti oma vanuseklassis MV-tel individuaalaladel 1-6.koht 3. treeninud AE rühmas 3 aastat	Eesti MV-tel HD-18, HD-20 koht 1-6.
SUUSATAMINE	Maakonna noortevõistlustel koht esimese 50% hulgas	Eesti noorte või juunioride MV-tel või Eesti noorte talimängudel koht 25% hulgas
VÕRKPALL	Mängib Eesti Võrkpalliföderatsiooni ametlikel võistlustel (C	Eesti noorte B klassi KV või MV-tel koht 1-6 võistkonna hulgas

	klass)	
MAADLUS	Aasta jooksul 8 võitu erinevate vastaste üle	Aasta jooksul 8 võitu erinevate vastaste üle
LASKESUUSATAMINE	Maakonna noortevõistlustel koht esimese 50% hulgas	Eesti noorte või juunioride MV-tel koht 25% hulgas

#### 9. Normid spordikooli lõpetamiseks

Spordikooli lõpetajaks loetakse õpilased, kes on spordikoolis läbinud vähemalt õppetreeningastme, täitnud spordikooli lõpetamiseks kehtestatud teoreetiliste teadmiste ja praktiliste oskuste normatiivid.

Spordikooli lõpetajale antakse tunnistus, kuhu on märgitud õppimise aeg spordikoolis, omandatud teadmiste, oskuste ja meisterlikkuse tase.

### **VI KOOLITUS**

Treener-pedagoogi ametikohale vastavuse määramiseks korraldatakse nende atesteerimine lähtudes Võru Linnavalitsuse määrusest nr 12 20.04.2012 „Huvikoolide pedagoogide kvalifikatsiooninõuded ja atesteerimise kord“.

Võru Spordikooli treener-õpetajad täiendavad oma teadmisi spordialaliitude poolt korraldatud kursustest ja seminaridest osavõtuga.

### **VII KOOSTÖÖ ÜMBRUSEGA**

Võru Spordikool on alati olnud maakonna koolinoorte võistluste organiseerija ja läbiviija.

### **VIII FINANTSEERIMINE**

Koolis on kehtestatud õppemaks 10 eurot kuus, mida maksavad kõik spordikooli õpilased.

Finantseerimise allikateks on osa Võru Linnavalitsuse eelarvest, õppemaksud, oma majandustegevus ja firmade annetused.

Toetust on saadud riigieelarvest ning kehakultuuri- ja spordi sihtkapitalist.