

## Kondičná príprava:

Tento krúžok slúži na zlepšenie kondičných a koordinačných schopností žiakov 1.-9. Ročníka. Rozvíjame všeobecné pohybové predpoklady formou objemových, tempových, intervalových, silových, rýchlostných, balančných, koordinačných tréningov. V tomto roku bolo na krúžok prihlásených 14 žiakov, aktívne sa do prípravy zapojilo 8 žiakov. V zimnom období sa venujeme behu na lyžiach najčastejšie na Štrbskom Plese.

V letnom a zimnom období sa venujeme aj účasti na pretekoch, kde naši žiaci dosahujú veľmi pekné výsledky.



## Športové hry :

Tento krúžok je zameraný na aktívnu hru žiakov našej školy a zlepšenie jednotlivých činností vo viacerých športoch.

Na krúžok sa prihlásilo 20 žiakov aktívne sa zapájalo 8-12 žiakov.

Mgr. Marek Baláž