

| LIISU 2021 TUNNIPLAAN        |                                       |   |                         |               |                             |                            |  |
|------------------------------|---------------------------------------|---|-------------------------|---------------|-----------------------------|----------------------------|--|
| VINNI SPORDIKESKUS           | judosaal                              | pallisaal   | võimlemissaal           | õueala        | staadion                    | ujula                      | seminarisaal   |
| <b>teisipäev - 15. juuni</b> |                                       |   |                         |               |                             |                            |  |
| 9.45-10.45                   | saabumine ja registreerimine          |   |                         |               |                             |                            |  |
| 10.45                        | Sügiskool LIISÜ 2020 avamine          | avasõnad korraldajate poolt   |                         |               |                             |                            |  |
| 11.20 - 12.40                | praktilised tegevused neljas grupis   | Meelis Mäekalle   | Gerli Jahimaa           |               |                             | Meelis Kari/Kersti Naarits | Jelena Timohhina ja Ilona Murd                                 |
| 12.40 - 13.30                | lõunasöök                             |   |                         |               |                             |                            |  |
| 13.30 - 14.50                | praktilised tegevused neljas grupis   | Meelis Mäekalle   | Küllike ja Sigrít Ustav | Gerli Jahimaa |                             |                            | Jelena Timohhina ja Ilona Murd                                 |
| 14.50 - 15.10                | paus                                  |   |                         |               |                             |                            |  |
| 15.10 - 16.30                | praktilised tegevused neljas grupis   |   | Küllike ja Sigrít Ustav | Karl Sults    | Raili Rooba ja Inga Siegert |                            | Merle Vantsi<br>2 gruppi x 40 min (15:00-15:40 ja 15:50-16:30) |
| 16.30 - 16.50                | paus                                  |   |                         |               |                             |                            |  |
| 16.50 - 18.00                | ühisloeng                             | Kristjan Port   |                         |               |                             |                            |  |
| 18.00 - 19.00                | õhtusöök                              |   |                         |               |                             |                            |  |
| 19.00 - 22.00                | Ujula ja sauna kasutamise võimalus    | lektoritele ja osalejatele enda vaba valik  |                         |               |                             |                            |  |
| <b>kolmapäev - 16. juuni</b> |                                       |   |                         |               |                             |                            |  |
| 06.00 - 08.00                | hommikuujumine + SAUN                 | lektoritele ja osalejatele enda vaba valik  |                         |               |                             |                            |  |
| 07.15 - 08.15                | tervisejooks + hommikuvõimlemine      | Meelis Mäekalle   |                         |               |                             |                            |  |
| 08.30 - 09.10                | hommikusöök                           |   |                         |               |                             |                            |  |
| 09.10 - 09.15                | info                                  | info jagamine kolmapäevaste tegevuste kohta                                       |                         |               |                             |                            |  |
| 09.20 - 10.40                | praktilised tegevused neljas grupis   |   | Gerli Jahimaa           | Karl Sults    | Raili Rooba ja Inga Siegert | Meelis Kari/Kersti Naarits |  |
| 10.40 - 11.00                | paus                                  |   |                         |               |                             |                            |  |
| 11.00 - 12.00                | praktilised tegevused neljas grupis   |   | Küllike ja Sigrít Ustav | Karl Sults    | Raili Rooba ja Inga Siegert |                            | Merle Vantsi   |
| 12.00 - 12.15                | paus - tubadest välja registreerimine |   |                         |               |                             |                            |  |
| 12.15 - 13.30                | ideevahetus töörühmades               | osalejad (5-6 töörühma) ideevahetust tegemas, lektorid (12) moodustavad oma grupi |                         |               |                             |                            |  |
| 13.30 - 14.00                | Sügiskool LIISÜ 2020 lõpetamine       | tagasiside, kokkuvõte, tunnistused  |                         |               |                             |                            |  |
| 14.00 - 15.00                | lõunasöök                             |   |                         |               |                             |                            |  |

Kursuse korraldajad jätavad endale õiguse teha tunniplaanis vajadusel muudatusi.

## LIISU 2021, 15.-16. juuni, Vinni spordikeskus

| lektor                        | tunni teema   | tunni toimumise ajad                                       |
|-------------------------------|---|--|
| KARL SULTS                    | Vahvad mängud/tegevused siidraptide ja papptaldrikutega.  | 15. juuni, kell 15:10; 16. juuni, kell 9:20 ja kell 11:00  |
| GERLI JAHIMAA                 | Võimlemiskavad rõõmuks lastele.   | 15. juuni, kell 11:20 ja kell 13:30; 16. juuni, kell 9:20  |
| RAILI ROOBA / INGA SIEGERT    | Orienteerumismängud kooli kehalise kasvatuse tunnis.  | 15. juuni, kell 15:10; 16. juuni, kell 9:20 ja kell 11:00  |
| JELENA TIMOHHINA / ILONA MURD | Ujumise põhioskuste omandamine mängulise tegevuse kaudu. Kuidas ületada veega seotud hirmud ja veest rõõmu tunda! | 15. juuni, kell 11:20 ja kell 13:30                        |
| KERSTI NAARITS / MEELIS KARI  | Kiirjooksu tund läbi jooksu- ja jõuharjutuste.  | 15. juuni, kell 11:20; 16. juuni, kell 9:20                |
| KÜLLIKE USTAV / SIGRIT USTAV  | Mida kõike saab teha hüpitsatega.   | 15. juuni, kell 13:30 ja kell 15:10; 16. juuni, kell 11:00 |
| MEELIS MÄEKALLE               | Maadlus ja müramismängud. Tervisejooksu ABC/hommikuvõimlemine.  | 15. juuni, kell 11:20 ja kell 13:30; 16. juuni, kell 7:15  |
| MERLE VANTSI                  | Vesiaeroobika - mõnus tegevus õpetajale endale ;) Süvaveeaeroobika.   | 15. juuni, kell 15:00 ja kell 15:50; 16. juuni, kell 11:00 |
| KRISTJAN PORT                 | Mis on vananemine ja mida selle teadmisega teha?  | 15. juuni, kell 16:50                                      |