ПРИГЛАШАЕМ МАЛЬЧИКОВ **1-5-**х КЛАССОВ НА ТРЕНИРОВКИ ПО ГАНДБОЛУ

ТРЕНИРУЕМСЯ БЕСПЛАТНО **-** тренировки в **Ehte Humanitaargümnaasium (Ehte 9)**

HC TALLINN 2012

NB! Дети могут приходить на тренировки от **1** до **3** раз в неделю**!**

hctallinn.ee

Гандбольный клуб **HC Tallinn** был основан в **2012** году и является наиболее многочисленным гандбольным клубом в Эстонии. Клуб был создан с целью формирования активной сети молодежных секций в городе Таллинне и его ближайших пригородах. В составе клуба насчитывается около двадцати молодежных групп, работающих по всему Таллинну, а также десятки тренеров и профессиональная команда, принимающая участие в соревнованиях эстонской мужской лиги, серии еврокубков и финской лиги.

КЛУБНАЯ КУЛЬТУРА, РАЗДЕЛЯЮЩАЯ ОБЩИЕ ЦЕННОСТИ

Задача нашей клубной культуры - вырастить из юных воспитанников достойных людей, обладающих здоровым духом в здоровом теле. Мы не просто создаем возможности для занятий спортом: мы стремимся воспитать личность. Основные ценности клуба **HC Tallinn –** это позитивное отношение к жизни, дружелюбие, смелость, честность и вежливость. Мы считаем, что развитие этих качеств необходимо жителям нашей страны, чтобы добиться успеха и в спорте, и в жизни. Мы хотим привить детям уверенность в своих силах как на тренировках и соревнованиях, так и в повседневной жизни.

СОВРЕМЕННАЯ И РАЗНООБРАЗНАЯ ТРЕНИРОВОЧНАЯ МЕТОДИКА

HC Tallinn стремится вести тренировочный процесс согласно возрастным особенностям юных воспитанников, поскольку дети – это не маленькие взрослые. Наши тренировки по общей физической подготовке, а также технике гандбола с тактической и технической точки зрения выстроены по особой системе, в рамках которой каждому участнику создаются равные условия для развития (например, в спортивных играх на тренировках и внутренних соревнованиях клуба действует правило, по которому каждый игрок должен получить мяч при каждой атаке, а игровое время распределяется равномерно в том числе и на соревнованиях). Для игры в гандбол требуются спортсмены различного телосложения (высокие и низкие, массивные и легкие), поскольку различные позиции на поле нуждаются в игроках разного типа.

ГАНДБОЛ СЧИТАЕТСЯ САМОЙ РАЗНООБРАЗНОЙ СПОРТИВНОЙ ИГРОЙ ВО ВСЕМ МИРЕ

Результаты научных исследований показали, что гандболисты являются любимцами всех учителей по физкультуре, а гандбол сам по себе обеспечивает всестороннее развитие ребенка, поскольку здесь одинаково важное значение имеют координация, общая силовая подготовка, выносливость, скорость, сила рук, ног и торса; кроме того, сам характер игры направлен на развитие сотрудничества между игроками и умение принимать правильные решения. Выстраивая свой тренировочный процесс, мы позаимствовали множество компонентов у других спортивных дисциплин, чтобы обеспечить максимально всестороннее развитие детей, избегая однообразия и рутины. Для спортсменов помладше в нашем расписании, наряду с гандболом, также предусмотрены различные спортивные игры (народный мяч, футбол, баскетбол и т. п.), а также элементы общей физической подготовки, которые мы заимствовали из легкой атлетики, акробатики и борьбы. И, конечно же, клубная жизнь невозможна без иностранных соревнований, летних и городских лагерей.

МЫ СТРЕМИМСЯ СТАТЬ ОДНОЙ ИЗ ЛУЧШИХ МОЛОДЕЖНЫХ АКАДЕМИЙ ГАНДБОЛА ВО ВСЕМ МИРЕ

Основатель клуба **HC Tallinn** Ристо Лепп неоднократно заявлял о своей амбициозной цели: стать настоящей академией гандбола, по аналогии с футбольным клубом «Барселона» и амстердамским «Аяксом». Формируя тщательно продуманную систему молодежных тренировок, мы стремимся заложить все основы для подготовки гандболистов мирового уровня.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И ПОЗИТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

Клуб пропагандирует здоровый образ жизни, заряжающий энергией. Мы стремимся продвигать принципы разнообразного питания, здорового сна, употребления воды и важности позитивного мышления среди воспитанников клуба и их родителей, поскольку все мы хотим привить своим детям здоровые привычки с ранних лет. Мы обязательно призываем родителей внести свой вклад в активный образ жизни ребенка. По возможности следует отправлять детей в школу и на тренировку пешком или на велосипеде. Продемонстрируйте детям принципы здорового образа жизни на собственном примере: общайтесь с ребенком, проводите при детях как можно меньше времени в гаджетах, занимайтесь вместе спортом, проводите много времени на свежем воздухе, питайтесь разнообразно. В наше время многие дети уже страдают зависимостью от смарт-устройств и виртуального мира.

БАЗОВЫЙ ТРЕУГОЛЬНИК КОММУНИКАЦИИ: РЕБЕНОК – ТРЕНЕР – РОДИТЕЛЬ

Мы стремимся как можно раньше приобщать родителей к жизни и занятиям группы, чтобы наилучшим образом поспособствовать развитию ребенка. Самые главные навыки, помогающие пробиться в жизни – это умение общаться, позволяющее успешно справиться со всеми вызовами, а вместо проблем видеть их решение.

ЗОЛОТОЙ ЗАПАС КЛУБА **HC TALLINN** – ЭТО НЕ ТОЛЬКО СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ТРЕНИРОВОЧНАЯ МЕТОДИКА, НО И ПОЗИТИВНЫЕ МОЛОДЫЕ ТРЕНЕРЫ

Клуб был основан в **2012** году, а его основателем выступил **38-**летний Ристо Лепп, долгое время игравший в составе мужской сборной Эстонии по гандболу и поставивший своей целью развитие гандбола в Таллинне и ближайших окрестностях. **HC Tallinn** создал сеть молодежных секций во всех районах города и большинстве близлежащих волостей.

В сезоне **2021/22** гг. мы приглашаем на тренировки по гандболу учащихся **1-5-**х классов. Перед первой тренировкой просим родителей обязательно зарегистрировать ребенка на бесплатный пробный месяц по адресу **www.hctallinn.ee** на главной странице в разделе **REGISTREERI TRENNI («**Зарегистрироваться на тренировку**»).** После регистрации пожалуйста отправьте смс на номер телефона тренера с вашими контактными данными **(**имя ребёнка и родителя **(**опекуна**).** Это необходимо для обратной связи и возможного предоставления информации о тренировках.

HC Tallinn Ehte U9 (1.-3.-й клас**c,** мальчики**):**
Вторник **16:00 - 17:00 (Ehte Humanitaargümnaasiumi spordihoone, Ehte 9)**
Четверг **14:00 - 15:00 (Ehte Humanitaargümnaasiumi spordihoone, Ehte 9)**
Воскресенье **16:00-17:00 (Ehte Humanitaargümnaasiumi spordihoone, Ehte 9)**

HC Tallinn Ehte U12 (3.-5-й клас**c,** мальчики**):**
Вторник **17:00 - 18:00 (Ehte Humanitaargümnaasiumi spordihoone, Ehte 9)**
Четверг **15:00 - 16:00 (Ehte Humanitaargümnaasiumi spordihoone, Ehte 9)**
Воскресенье **17:00-18:00 (Ehte Humanitaargümnaasiumi spordihoone, Ehte 9)**
Info: Павел Балабко **(55 668 433)**
Тренер**:** Виталий Горовый **(56 123 820)**
Информация**: 24-**летний Виталий играет в составе профессиональной мужской сборной **HC Tallinn.**

ПРИГЛАШАЕМ МАЛЬЧИКОВ **1-5-**х КЛАССОВ НА ТРЕНИРОВКИ ПО ГАНДБОЛУ

ТРЕНИРУЕМСЯ БЕСПЛАТНО**!**

hctallinn.ee