

Fillo atletikën!

Atletikë për të gjithë! Bashkohuni me ne në një nga sportet më të famshme të Finlandës, atletikë. Bëhuni vrapues, kërcyes dhe/ose hedhës. Atletika është një sport për të gjithë, duke filluar nga sprintet me ritëm të shpejtë, pengesat e ndryshme, ecja, kërcimi me bosht ose, për shembull, ndeshjet që kombinojnë sporte të ndryshme.

Përveç shpejtësisë, atletika zhvillon një ndjesi bashkësie, të bëjmë gjërat së bashku dhe një ndjesi qëllimi. Atletika ofrohet për të gjithë, nga fëmijët e vegjël deri te të moshuarit, njerëzit me nevoja të veçanta dhe nuk ka rëndësi gjinia, feja, orientimi seksual ose prejardhja etnike. Ekziston një grup i përshtatshëm dhe një mënyrë e duhur për të gjithë që merren me sport, pavarësisht nga mosha dhe niveli i aftësive.

Atletika është sporti më i suksesshëm i të gjitha kohërave në Finlandë. Gjatë tre viteve të fundit, atletët e pistave dhe fushave finlandeze kanë fituar gjithsej dhjetë medalje në kategorinë e përgjithshme. Atletika zhvillon fitnesin në shumë mënyra, dhe të merresh me sport është provuar se bën të mundur suksesin.

Klubet sportive vendëse organizojnë aktivitete edukimi për atletikë, stërvitje dhe konkurse për grupmosha të ndryshme gjatë vitit. Mësimi dhe stërvitja ofrohen nga instruktorë të stërvitur – dhe trajnerë që dinë si të krijojnë një atmosferë zhvilluese, të gëzuar dhe të sigurt për grupet.

Gjithashtu duhet të kontaktoni klubin ose klubet vendëse të atletikës nëse doni të filloni të jepni stërvitje – ose drejtim – në atletikë. Prindërit janë të mirëpritur të marrin pjesë në ushtrime për të ndihmuar fëmijët e tyre.

Ejani dhe provojeni. Për të lënë një takim, telefononi xxx xxx xxx ose dërgoni email në xxxxx@xxx.

_____ (emri i klubit) u ofron fëmijëve dhe të rinjve aktivitete atletike me cilësi të lartë.

Personat e kontaktit dhe informacionet e kontaktit të klubit:

Fëmijët dhe të rinjtë mund të marrin gjithashtu pjesë në konkurset e atletikës në Finlandë. Megjithatë nevojitet licencë për konkurs, dhe për këtë mund të pyesni klubin.

Shembuj të aktiviteteve të fëmijëve dhe të rinjve në klubet e atletikës:

Më poshtë janë disa shembuj të aktiviteteve dhe grupeve për fëmijët dhe të rinjtë në klubet e atletikës. Aktivitetet ndryshojnë nga klubi në klub.

Shkolla sportive 2–6 vjeç.

– Në shkollën sportive, studentët mësojnë kontrollin e trupit, lëvizjet bazë dhe bashkësinë, dhe kërkojnë eksperiencë suksesi.

Shkolla e atletikës 6–9 vjeç

– Synimi i shkollës së atletikës është për të mësuar ushtrimet dhe aftësitë sportive, dhe për t'u zhvilluar si sportist në një atmosferë trajnimi argëtuese dhe të sigurt.

Grupe stërvitore 9 vjeç

"Skuadrat e garave praktikojnë atletika të ndryshme dhe konkurrojnë në nivele klubi, qarku dhe kombëtare. Në grupet e garave, sesionet e stërvitjeve zakonisht zhvillohen disa herë në javë. Shpesh në grupet e garave mund të hyhet përmes shkollës së atletikës.

Grupet hobi 10+ vjeç.

"Aftësitë e atletikës praktikohen në grupe hobi, por shpesh ka më pak praktika në javë sesa në grupet e garave.

Organizata ombrellë për atletikën në Finlandë është Federata Finlandeze e Atletikës

Federata Finlandeze e Atletikës (SUL) është ka rreth 560 klube anëtarësh. SUL është një anëtare e Federatës Ndërkombëtare të Atletikës (WA).

Qëllimi i aktiviteteve të SUL është të drejtojë, të frymëzojë dhe të mbështetë aktivitetet e atletikës me cilësi të lartë dhe të respektuara pranë amatorëve, dhe të ofrojë edukim për atletikë të suksesshme ndërkombëtare. Vlerat drejtuese të veprimeve të SUL janë përtëritja me guxim, veprimtarinë e hapura dhe suksesi së bashku.

www.yleisurheilu.fi