



# Sissejuhatus kriketisse



# 02 SISSEJUHATUS

Kriket on sport, mida jälgivad miljardid ja mängivad miljonid inimesed üle maailma. See on lõbus, lihtne ja kergesti kohandatav sport, mida võib igaüks igal ajal ükskõik kus mängida.

Eesti Kriketi Liit on loonud mitmeid kriketit tutvustavaid programme, mida saab kasutada erinevate osalejate jaoks koolides või ettevõtetes.

Iga programm pakub uutele osavõtjatele rõõmuküllase kriketielamuse, millega loodame osalejaid inspireerida kriketiga elukestvalt tegelema ja võtta neid ülemaailmse kriketi kogukonna liikmeteks.

Nende programmide fookus on mängulisusel. Eesmärk on saada osalejad samal ajal mängima ja õppima.

Kriket on sport, mis annab osavõtjatele võimaluse kasutada ja arendada nii füüsilist kui ka vaimset poolt ning selle programmi keskmes on kehaline kirjaoskus.

Eesti Kriketi Liidul on kvalifitseeritud treenerid ja vajalikud treeningvahendid, et korraldada kaasahaaravaid ja nauditavaid treeninguid igale vanusegrupile.

Terry O'Connor

Tegevjuht

Eesti Kriketi Liit

# 03 Programmid

## Ühekordne treening

2 või 3 treenerit annavad sissejuhatava trenni kuni 30 lapsele, aidates neil mängida paar mängu kriketi muudetud versiooni (non-stop kriket).

Osalejad saavad proovida löömist ja väljakumängu. Selline formaat võimendab liikuvust ja meeskonnamängu oskust tagades selle, et iga laps saaks olla suurema osa treeningu ajast aktiivne.

## 8 Nädalane Criiio Programm

CRIIIIO on sissejuhatav programm, mille on koostanud Rahvusvaheline Kriketinõukogu (ICC) koostöös juhtivate haridusekspertidega ning mille eesmärk on saada lapsed liikuma. Selle programmi fookus on mängulisusel kasutades kehalise kirjaoskuse lähenemist. Iga treening koosneb kaasahaaravatest tegevustest ja kulmineerub mängudega, mis sisaldavad eelnevalt omandatud oskusi.



# 04 Programmid

## Õpi & Mängi

Iganädalane ühe treeneriga trenn, mille pikkus on 45-60 min. Iga trenn koosneb uue oskuse õppimisest, selle kinnistamisest ning kohandatud reeglitega mängus rakendamisest. Treener tõstab oskuste ja mängu reeglite keerukust vastavalt treeninggrupi arengule. Kehalise kasvatusõpetajad on teretulnud treeningut vaatlema või olla soovi korral kaasatud. Ideaalne grupi suurus on 16 inimest.

## Meie Treenime Teid

Meie loodud treeningprogramm kehalise kasvatusõpetajate täiendamiseks, et nad suudaksid korraldada ülaltoodud treeninguid oma õppetundides. Õppeprotsess koosneb teooriast (veebis) ja kahest praktilisest treeningtunnist koos meie juhendajaga. Soovi korral müüme koolidele vajalikku kriketivarustust treeningute jaoks.



# 05 Kontaktid

Küsimuste korral võtke meiega ühendust:

Ragne Hallik  
Treener  
Eesti Kriketi Liit  
[koolikriket@estoniancricket.com](mailto:koolikriket@estoniancricket.com)

Terry O'Connor  
Tegevjuht  
Eesti Kriketi Liit  
[operations@estoniancricket.com](mailto:operations@estoniancricket.com)

ECA koduleht: <https://estoniancricket.com/>

ECA Youtube kanal:  
<https://www.youtube.com/c/EstonianCricketAssociation>

ECA Facebook: <https://www.facebook.com/eestikriket>

ECA Twitter: <https://twitter.com/CricketEstonian>

ECA Instagram: <https://www.instagram.com/ecacricket/>

