



KAUSISUUNNITELMA SYKSY 2023

Voimistelukoulu 6-8 vuotiaat Harjulan koulu lauantaisin klo.10-11
Ohjaaja ja yhteystiedot: Elina Paananen 040-5636864

Tunneilla harjoittemme voimistelun perustaitoja leikin, ilmaisun ja erilaisia välineitä apuna käyttäen. Jokainen tunti sisältää alku- ja loppulämmittelyn lisäksi taito-osuuden teemoittain.



vko	tunnin teema/ opeteltava asia, lisätiedot
36	Tutustuminen tasapainoillen
37	käsinseisonta
38	Kieppikoulu
39	Trampoliinikoulu
40	kärrynpyörän salat
41	Temppurata, sijainen Jenni
42	<u>SYYSLOMA</u>
43	Hyppynarutunti, sijainen Jenni
44	hyppien ja pomppien
45	näytän taitoni, sijainen Jenni
46	välineillä voimistellen
47	Akrobatian voimistelutunti
48	tonttuilua, tonttulakit mukaan!
49	temppurata

RYHMÄSSÄ HYVÄ MUISTAA:

- Tuothan lapsen tunneille ajoissa, jotta tunti pääsee alkamaan ajallaan. Olethan myös ajoissa paikalla tunnin päätyttyä.
- Jumppatunnit sujuvat luontevammin, kun vanhemmat odottavat salin ulkopuolella/pukuhuoneessa.
- Vessassa kannattaa käydä ennen jumpan alkua.
- Jumppa-asuksi joustavat vaatteet (esim. sortsit ja t-paita tai jumppapuku). Tunneilla ollaan paljain jaloin tai tosuissa.
- Ohjaajat vastaavat mielellään kysymyksiinne esim. tuntien sisällöstä.