

Hei kaikki huoltajat

Sporttitreeni tunnilla tutustutaan eri liikuntalajeihin sekä -välineisiin leikkien, pelien ja erilaisten tempuratojen avulla. Tunti koostuu energianpurkuleikistä, tunnin teemaosuudesta sekä loppurahoituksesta. Harjoittelemme myös ohjeiden mukaan toimimista ja toisten huomioimista. Tunnilla olisi hyvä olla jalassa sisäpelikengät / lenkkarit ja vesipullo.

Kevään teemat tunneilla ovat:

13.1 ja 20.1 Tutustumisleikit toisiin ja tilaan, hippaleikit ja toiveväline varastosta

27.1 ja 3.2 Tempurata (kuperkeikan harjoittelua)

10.2 Teemaviikko, kaveri mukaan tunnille. Palloleikit.

17.2 Talvilomaviikko, ei tuntia.

24.2 ja 3.3 Pallon käsittely, palloleikit ja palloilurata

10.3 Huoltaja/kummi/isovanhempi mukaan tunnille. Tasapainoilurata ja tasapainoilu palloilla

17.3 Erilaiset hypyt ja liikkumistavat

24.3 ja 31.3 Pallon kuljetus ja pareittain syötöt sekä Jättijalkapallo-peli

7.4 ja 14.4 Tempurata (eri tasoissa liikkuminen)

21.4 ja 28.4 Sählyrata + pelaaminen

5.5 Nassikkapaini ja Kaupunkivalloitus joukkuepeli

12.5 Toivevälineet ja -leikit

Ohjaajina toimii luokanopettajaopiskelija Emilia ja erityisluokanopettajaopiskelija Tinja.

Lapsen poissaolosta voi ilmoittaa MyClub huoltajasovelluksen kautta, mutta vanhempien kuljettaessa ei ilmoitusta tarvita erikseen. Kerrothan jos lapsellasi on epilepsia, astma, diabetes tms. sekä hoito-ohjeet kohtauksia varten, kiitos.

Lisätiedot soveltavan tunneista:

Mari Vuorenmaa, mari.vuorenmaa@turunurheiluliitto.fi, 040 164 7244

Lähihoitaja, Erityisohjaaja, Liikuntaneuvoja ja toimin päätoimisesti Voimistelujaoston Aikuisten ryhmäliikunnan sekä soveltavan liikunnan vastaavana