

Hei kaikki huoltajat

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

Kevään teemat tunneilla ovat:

14.1 ja 21.1 Tutustumisleikit toisiin ja tilaan, hippaleikit ja toiveväline varastosta

21.1 teemaviikko, ota pehmolelu mukaan

28.1 ja 4.2 Tempurata (kuperkeikan harjoittelua)

11.2 Pallon käsittely, palloleikit ja palloilurata

11.2 Teemaviikko: kaveri voi tulla mukaan tunnille

18.2 Ei tunteja talvilomaviikolla

25.2 Erilaiset hyppyt ja liikkumistavat

4.3–11.3 Tasapainoilurata ja tasapainoilu palloilla

11.3 Teemaviikko: huoltaja/kummi/isovanhempi ym. voi tulla mukaan tunnille

18.3 ja 25.3 Pallon kuljetus ja pareittain syötöt sekä Jättijalkapallo-peli

1.4 ja 8.4 Palloilurata

15.4 ja 22.4 Sählyrata + pelaaminen

29.4 Nassikkapaini ja Kaupunkivalloitus joukkuepeli

6.5 Tempurata (eri tasoissa liikkuminen)

6.5 Teemaviikko: Pukeudu asuun

13.5 Toivevälineet ja -leikit

Ohjaajina toimii Voimistelukouluohjaaja-koulutuksen saanut Eeva Pehkonen sekä toisena kolmannen vuoden luokanopettajaopiskelija Elina Ylikahri.

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 Voimistelijaoston Aikuisten ryhmäliikunnan sekä soveltavan liikunnan vastaavana