



Jekku-jänön liikunnallinen kevätseuranta

Jekku-jänön kevätseurannassa pääsette etsimään kevään merkkejä liikunnallisesti. Voitte hyödyntää tulostettavaa julistetta monessa käyttötarkoituksessa lisäämään liikettä ulkoilutilanteisiin ja retkille.

Tulostakaa Jekku-jänön kevätseuranta juliste ja laittakaa se seinälle. Tulostakaa myös Jekku-jänön kevätseuranta -muistilappu, jonka voitte ottaa mukaanne ulos. Lapun voi myös laminoida, jolloin se kestää koko kevään.

Tutkikaa julisteen maisemaa yhdessä lasten kanssa. Jekku-jänö on löytänyt kevään merkkejä ja innostunut tekemään jumppaliikkeen jokaisen löydön kohdalla. Lähtekää tekin Jekku-jänön tavoin etsimään ja tutkimaan kevään merkkejä. Tehkää jokaisen löytämäne kevään merkin kohdalla ohjeen mukainen jumppaliike.

Jekku-jänön löytämät kevään merkit ja niihin kuuluvat liikkeet:

- Vesi lorisee – **Juokse mutkitellen**
- Aurinko lämmittää – **Tasapainoile**
- Muurahainen – **Hyppää ilmaan**
- Kukka – **Hyppää X-hyppyjä**
- Lasten oma bongaus – **lasten keksimä liike**

Julisteen oikeassa reunassa on mahdollisuus pitää tukkimiehen kirjanpitoa. Kirjaamalla ylös voitte laskea, kuinka monta kertaa olette löytäneet kyseisen kevään merkin.

Muistattehan tehdä jumppaliikkeet aina kevään merkin nähtyänne. Näin saatte taitojen harjoitteluun paljon toistoja.

Luonnossa on myös muita kevään merkkejä, joita Jekku-jänö ei ole löytänyt. Mitä ne voisivat olla? Keksikää yhdessä lisää tai tutkikaa julistetta.

VINKKI: Hyödyntäkää keväthavaintoja tehdessänne myös Jekku-jänön taitokortteja ja -videoita. Niistä löydät esimerkiksi ideoita erilaisiin tapoihin tasapainoilla. Materiaalit löydät Liikunnan aluejärjestöjen Jekku-jänö-sivustolta:

www.liikunnanaluejarjestot.fi/varhaisvuodet/jekku-jano

Julisteen on kuvittanut Kirsi Tapani ja tehtävät on suunnitellut Liikunnan aluejärjestöjen lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijat.

Liikunnan aluejärjestöt haluavat olla tukena lisäämässä alle kouluikäisten lasten fyysistä aktiivisuutta ja kehittämässä aktiivisempaa varhaiskasvatuspäivää. Jekku-jänön seikkailuviikon toteuttaa Liikunnan aluejärjestöjen Lisää liikettä -hanke, johon olemme saaneet avustusta opetus ja kulttuuriministeriöltä. www.liikunnanaluejarjestot.fi