

KAUSISUUNNITELMA Päivänsäteet ja Menninkäiset 3-5v.

Tiistai klo 17:00-17:45 Naakan koulu

Ohjaajat: Kati Hyppönen, Salla Nikkanen, Siiri Koponen, Minttu Karisalmi

Kauden tavoite: Tutustua voimistelun alkeisiin ja erilaisiin telineisiin ja välineisiin, sekä opetella ryhmässä toimimista

| Pvm | Tunnin teema | Huomioitavaa |
|--------|--|--|
| | Tammikuun tavoite: Kehonhallinta | |
| Vko 2 | Erilaiset liikkumiset | |
| Vko 3 | Hypyt ja kiipeäminen | |
| Vko 4 | Hypyt ja alastulot | |
| Vko 5 | Erilaiset liikkumiset | |
| | Helmikuun tavoite: Tasapainoilu | |
| Vko 6 | Tasapainoliikkeet | |
| Vko 7 | Tasapainoilu eri alustoilla | |
| Vko 8 | Tasapainoilu eri välineiden kanssa | |
| Vko 9 | IIIHTOLOMA, EI TUNTIA | |
| | Maaliskuun tavoite: Ketteryys | |
| Vko 10 | Kiipeäminen ja roikkuminen | |
| Vko 11 | Kiipeäminen ja roikkuminen | |
| Vko 12 | Kuperkeikat ja kierimiset | |
| Vko 13 | Kuperkeikat ja kierimiset | |
| | Huhtikuun tavoite: Liikkuvuus | |
| Vko 14 | Permantoliikkeet | |
| Vko 15 | Permantoliikkeet | |
| Vko 16 | Temppurata | |
| Vko 17 | Kevätnäytöksen harjoittelu, kauden kertaus | |
| | Toukokuun tavoite: Kevätnäytös | |
| Vko 18 | Kevätnäytöksen harjoittelu | |
| Vko 19 | Kevätnäytöksen harjoittelu | VaVon kevätnäytös la 10.5.2025 Valkeakosken liikuntahallilla |

