

HIIHTO

- **Tuiskun Liikkari -verkkomateriaali**
 - Tuiskun Liikkari on sidottu Olympiakomitean tuottamaan Liikuntaleikkikoulukoulutukseen. Koulutuksen käynyt on oikeutettu tilamaan itselleen Tuiskun Liikkari -verkkomateriaalipaketin 10 euron hintaan. Sisältää ohjaajan käsikirjan, 20 tuntisuunnitelmaa ja kotitehtävävihkon.
 - <https://www.lumilajitliikuttavat.fi/tuiskun-liikkari/>
- **Pikku Kakkosen Hiihtokoulu**
 - Vuosien takainen Hiihtokoulu löytyy Yle Areenasta. 3 minuutin mittaiset jaksot antavat silti yhä vinkkejä hiihdon opettamiseen.
 - <https://areena.yle.fi/1-4667413>
- **Sporttipankin suksijumppavideo**
 - Sopii hyvin tasapainon harjoitteluun paikallaan
 - <https://www.youtube.com/watch?v=RKodKohnp6k>
- **Sporttipankin suksitaituruus -video**
 - Helpompia ja vaativampia ideoita mäenlaskuun
 - <https://www.youtube.com/watch?v=wfs00zVnZII>
- **5 vinkkiä lapsen kanssa hiihtämiseen**
 - Suomen Ladun hyvä artikkeli sisältää tietoa mm. varusteisiin liittyen.
 - <https://www.latujapolku.fi/uutiset/hiihto-on-koko-perheen-juttu-5-vinkkia-lapsen-kanssa-hiihtamiseen.html>
- **Pelejä ja leikkejä suksilla**
 - Lumilajit liikuttavat -hankkeen opas suksileikkeihin eri-ikäisille. <https://lumilajitliikuttavat.fi/wp-content/uploads/2017/10/lumilajien-pelit-leikit-viestit-opas.pdf>
- **Opetusvideoita lasten kanssa yhdessä katsottavaksi**
 - Banaani ja Gorilla hiihtokoulussa 1
<https://www.youtube.com/watch?v=Gwp-vWjtrKA&t=73s>
 - Banaani ja Gorilla hiihtokoulussa 2
<https://www.youtube.com/watch?v=8G33xfxONd0>

LUISTELU

- **Ideoita luistelun opetukseen varhaiskasvatuksessa (opinnäytetyö).**
 - <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/39804/Taitoluistelun%20Opas%20Varhaiskasvatukseen.pdf?sequence=1>
- **Suomen Taitoluisteluliiton materiaaleja päiväkodeille**
 - <https://www.figurecentre.fi/suomeksi/Koulutjap%C3%A4iv%C3%A4kodit/P%C3%A4iv%C3%A4kodit/P%C3%A4iv%C3%A4kodeillesuunnatutmateriaalit/tabid/3393/Default.aspx>
- **Turun Sanomien video lapsen luistelun opettamisesta**
 - <https://www.ts.fi/uutiset/paikalliset/845812/Video+Nain+opetat+lasta+luistelemaan>
- **Jääkiekkoliiton materiaaleja varhaiskasvatukseen (tuntimalleja, pelejä ja leikkejä)**
 - <https://www.finhockey.fi/index.php/seuralle/leijona-koulukiekko#materiaali-kouluille-ja-varhaiskasvattajille>
- **Leo ja Isi luistelemassa. Vinkkejä luisteluharjoituksiin videolla**
 - <https://www.youtube.com/watch?v=SRU2gRIGMLg> video 1
 - <https://www.youtube.com/watch?v=Wtma6ibISxE> video 2
- **Alakoululaisille suunnattuja luistelumateriaaleja, joita voi käyttää suoraan/soveltaa varhaiskasvatusikäisille (tuntimalleja, harjoitteita, leikkejä)**
 - https://peda.net/alajarvi/taimelankoulu/luokkien-sivut/6lk/oppimateriaalia/liikunta/meo/jta:file/download/560c8da01a1e143a339a20ae0f26d53e8057feb4/J%C3%A4%C3%A4lajien_tuntimallit_luistelunopetukseen.pdf
 - <https://www.yumpu.com/fi/document/read/46487382/hockey-carneval-opettaja-materiaali-ursula-haapanen-edufi>

MUUTA TALVISTA PUUHAA

- **Talviseuranta**
 - Talviseuranta kutsuu havainnoimaan talven etenemistä tarkkailemalla lumen ja jään muutoksia sekä talvella esiintyviä eläinlajeja.
 - <http://talviseuranta.fi/>
- **Mitä pulkkamäessä voi oppia?**
 - Ilo kasvaa ulkona -hankkeen blogissa pohditaan, mitä mäenlasku opettaa.
 - <https://ilokasvaaukono.fi/vieraskyna-mita-pulkkamaessa-voi-oppia/>
- **Lumileikkejä**
 - https://yle.fi/tekstiv/arkisto/kuntoliikunta/lumileikit_saat_lapsiin_liiketta_5187.html
- **Ilo kasvaa ulkona -materiaalit**
 - Ilo kasvaa ulkona -hankkeen leikki- ja lajikorteilla voi toteuttaa monta talvista luontoliikuntatuokiota.
 - <https://ilokasvaaukono.fi/materiaalit/>
- **Lumiukkoleikit ja -pelit**
 - https://www.suomenlatu.fi/media/tapahtumat/ulkonakuinlumiukko/lumiukko_leikit_ja_pelit_a4.pdf

Lisäksi lumileikkejä talvipäiviin

-Lumilabyrintti

Leikin ohjeet

Tätä leikkiä voi leikkiä esimerkiksi lumisella auraamattomalla pihalla. Tampatkaa yhdessä jaloilla lumeen paljon polkuja, jotka yhdistyvät toisiinsa. Mikäli hanki on syvää, voitte käyttää apuna myös lapioita. Kulkekaa lumireittejä pitkin ja yrittäkää väistää vastaan tulevia niin, että pysytte kummatkin reitillä. Reitien varrelle voi tampata myös laakeampia alueita kotileikkejä varten.

-Lumikuviot

Leikin ohjeet

Opettaja antaa aiheen, jonka mukaan tehdään kuvio puhtaaseen lumeen. Tapa, jolla kuvio tehdään, voi vaihdella koko kehon käyttämisestä jaloilla tallaamiseen. Aiheet voivat vaihdella erilaisten teemojen ja aihealueiden mukaan, esimerkiksi "eläin, jolla on neljä jalkaa", "merieläin" tai "jättiläinen". Kuvioita voi lopuksi vielä koristella erilaisilla luonnonmateriaaleilla, kuten kivillä ja kepeillä.

-Lumienkeli

Leikin ohjeet

Käy puhtaalle, pehmeälle hangelle selällesi. Heiluta jalkojasi auki ja kiinni, näin lumeen piirtyy enkelin hame. Heiluta käsiäsi lunta pitkin ylös ja alas, jolloin syntyvät siivet. Voit sen jälkeen koristella enkelin: laittaa hiukset, silmät, suun esimerkiksi kivistä, kepeistä, havuista - mitä nyt luonnosta löytyy. Enkelille voi myös laittaa kynttilän käteen ja koristella hameen reunan.

-Lumileivoskauppa

Leikin ohjeet

Pyöritelkää lumipalloja ja asetelkaa niitä paperisiin leivosvuokiin myytäväksi. Koristelkaa kivin ja kepein. Laittakaa pystyyn herkkukauppaleikki.

- Lumimies

Leikin ohjeet

Lumeen tallataan polkuverkosto ristiin rastiin noin 10 – 20 metrin alueelle. Polkujen varrelle tehdään noin 5 ympyrän muotoista turvapesää. Polut tallotaan selvästi muusta hangesta ulottuviksi. Yksi leikkijöistä jää lumimieheksi, joka alkaa jahdata muita polkuverkoston sisällä. Kun lumimies saa jonkun kiinni, tämän on jähmetyttävä paikoilleen lumiukoksi siihen asti, että joku toinen leikkijä tulee pelastamaan hänet halaamalla. Turvapesissä voi pysähtyä lepäämään. Kun kaikki on jähmetetty lumiukoiksi, valitaan ensimmäisenä kiinni jäänyt/joku muu vapaaehtoinen uudeksi lumimieheksi.

-Jättiläisen jäljet hangessa

Jokainen lapsi valitsee oman reitin hangessa, johon tekee jättiläisen jälkiä astelemalla pitkiä harppauksia. Jäljet voi halutessaan maalata vesiväreillä jälkikäteen. Millaiset jäljet eri jättiläiset saavat aikaan?

-Nassikkapainia hangessa

-Kaverin vetoa pulkassa

-Pulkkahiihto

Lyhentäkää suksisauvat lyhyemmäksi. Lapsi istuu pulkkaan ja ottaa käsiinsä sauvat. Hän liikuttaa itseään eteenpäin sauvojen avulla. Loistava motoriikka- ja voimaharjoitus.