



Tapiolan Voimistelijat

KAUSISUUNNITELMA KEVÄT 2022

Ryhmä: Voimistelukoulu 5-7.v. ja 6-8v. Kilonpuiston koulu

Vastuuohjaaja: Mari Sarekoski

Apuohjaajat: Hilla Enlund, Aada Koskinen

PVM.	TUNTIEN TEEMA	HARJOITELTAVIA TAITOJA
Tammikuu	Talvi saapuu sisälle, kun hypimme lumihangessa, luistelemme ja pulkkailemme. Mitä eläimiä voit nähdä pakkasella?	Heittäminen kohteeseen, kierintä, kuperkeikat
Helmikuu	Aloitamme talviolympialaisten hengessä ja rakennamme jumppasaliin suoristuspisteet mm. mäkihypylle ja curlingille. Ystävänäpäivää 14.2. vietämme pehmolelujen kanssa – tuokaa siis oma pehmo kotoa mukaan jumppaamaan!	Hyppiminen, heittäminen ja kiinniotto
Maaliskuu	Salissa tarinoidaan, kun tutustumme satujen kautta elämään niin viidakossa kuin vedessä.	Roikkuminen, kiipeäminen
Huhtikuu	Juhlimme ensin pupuina pääsiäistä ja sitten hulinoimme vappuriehassa, mutta näiden välissä muista siis, että tuntimme on peruttu pääsiäisenä 18.4.	Rytmi ja kehonhallinta
Toukokuu	Viimeisillä jumppatunneilla luvassa vauhtia ja vipinää karnevaaleilla 2.5. & 9.5.	Kertausta opituista taidoista

Muutokset mahdollisia.