



Lentis LIKKARI

TEEMA

Tasapaino- ja liikkumistaidot eri tavoin ja eri suuntiin

TAVOITTEET

<i>Motorinen</i>	Tasapainon hallinta, liikkuminen eri tavoin ja eri suuntiin.
<i>Kognitiivinen</i>	Miten säilytän tasapainon?
<i>Sosio-emotionaalinen</i>	Lapsi osaa toimia ryhmässä

HARJOITTEET**VÄLINEET****1. Alkutoimet****Huugi Buugi -laululeikki**

”Sä kätes ojenna ja taakse taivuta, sä kätes ojenna ja sillä piirrä ympyrä. Sä huugi buugi tee ja pyöri ympäri ja sitten lopeta.”

”Sä jalkas ojenna...”

”Sä nenä ojenna...”

”Sä peppu ojenna...”

*CD-soitin ja
musiikki
(tai laulaen)*

2. Energianpurku**Merkki ja tempu**

Ohjaaja sopii lapsien kanssa kolme eri tehtävää (tasapainotehtäviä: hypi yhdellä jalalla paikalla, kyykkyhyppy, takaperin juoksu) ja jokaiselle tehtävälle oman merkin, joka voi olla pillin vihellys, kaksi pillin vihellystä, pallon pompautus lattiaan, käsien taputus, tms. Lapset juoksevat salissa vapaasti ja ohjaajan merkistä tekevät sovitun tehtävän. Lapset voivat itsekin keksiä tehtäviä.

Pilli

3. Kehontuntemus**Kosketa kehonosalla**

Jokaisella lapsella on oma pallo. Lapset saavat hetken tehdä pallon kanssa haluamiaan/omia temppuja.

Palloja

Ohjaaja sanoo kehonosan, joka tulee laittaa pallon päälle. ”Laita vasen jalka pallon päälle.”

- oikea jalka pallon päälle
- pää pallon päälle
- peppu pallon päälle, pysytkö paikalla?
- vatsa pallon päälle
- selkä pallon päälle



Lentis LIKKARI

4. Perusliike

Pallon kuljetus

Kuljeta palloa eri tavoin liikkuen samalla eteen- ja taaksepäin, sekä sivuttain

Palloja

- pallon kuljetus kainalossa
- pallon kuljetus nilkkojen / polvien välissä
- pallon kuljetus vatsan päällä rapukävelyllä
- pallon kuljetus pään avulla

5. Suhde pariin/ ryhmään

Popcorn-kone

Laitetaan erilaisia palloja koriin ja kori salin keskelle. Popcorn-kone käynnistyy ja ohjaaja heittää palloja ympäri salia. Lapset hakevat palloja takaisin koriin, niin nopeasti kuin mahdollista.

Erilaisia palloja

Palloja haetaan ensin juoksemalla, mutta sitten keksitään erilaisia liikkumistapoja, joilla haetaan palloja takaisin koriin.

Ohjaaja heittää koko ajan palloja uudestaan ympäri salia.

6. Rentoutuminen

Pallo jalkojen välissä

Lapset käyvät makaamaan haluamalleen paikalleen salissa. Heillä on oma pallo jalkojen välissä. Kun ohjaaja käy ottamassa pallon pois jalkojen välistä saa, nousta istumaan.

Palloja

7. Lopputoimet

Arviointi

Miltä tuntui? Ohjaaja kysyy muutaman tunnin tehtävän tuntemukset lapsilta. Jos lapsi on pitänyt tehtävästä, hän näyttää peukkaa ylöspäin, jollei ole ollut mieleinen tehtävä, lapsi laittaa peukun alaspäin. Jos lapsi ei tiedä, mitä mieltä on, hän laittaa peukun vaakatasoon. Ohjaaja antaa kotitehtävän.

Kotitehtävä

Pallon kuljetus

Keksi erilaisia tapoja kuljettaa palloa eri kehonosilla eri huoneissa.