

Syyskauden kesto 22.8.-11.12.2022

KAUSISUUNNITELMA SYKSY 2022



Ryhmän nimi:	Telinevoimistelu skills 10-15v	
Aika ja paikka:	Lauantaisin Aurinkokiven koulu klo. 13:00-14:00	
Ryhmän ohjaajat:	Roosa Aalto, Ronja Aalto	
VIKKO	TUNNIN TEEMA	TUNNIN TAVOITE
34	Tutustuminen	Tutustumista telinevoimisteluun
35	Hyppääminen	Liikkeet arkulla
36	Lattia-akrobatia	Kuperkeikat joka suuntaan
37	EI TUNTIA	
38	Roikkuminen	Liikkeet rekkitangolla
39	Lattia-akrobatia	Kärrynpyörät
40	Tasapaino	Lattia-akrobatialiikkeet yhdistettynä puumiin
41	AVOIMET OVET VANHEMMILLE	YHDESSÄ LIIKKUMISTA
42	SYSLOMA	EI TUNTIA
43	Hyppääminen	Liikkeet arkulla
44	Roikkuminen	Köydet ja renkaat tutuiksi
45	Roikkuminen	Rekkiliikkeet jatkuvat
46	Lattia-akrobatia	Flikki ja voltti
47	Lattia-akrobatia	Flikki ja voltti
48	Toivetunti	Välineet toiveiden mukaan
49	Toivetunti	Välineet toiveiden mukaan
SU 11.12.	VVS JOULUNÄYTÖKSET ENERGIA AREENALLA	

RYHMÄ EI KÄYTÄ JUMPPAPASSIA

RYHMÄN TAVOITELIIKKEET SYYSKAUDELLE:

- Silta, kärrynpyörät, flikki oman tason mukaan
- Rekillä heiluminen, kiepit
- Tempot arkun yli
- Lattia-akrobatian yhdistäminen telineille kuten puomille ja arkulle
- Voima ja ketteryys

RYHMÄN YLEISET TAVOITTEET SYYSKAUDELLE:

- Liikkuminen hyvällä energialla lasten toiveita kuunnellen!