

Mallitunti 4-5v

Alkuleikki 10min

Hännänryöstö: ketteryys, tilan ja liikkeen hahmottaminen, toisten huomioiminen.

Oppimisosa 15min

Ilmapallotempuja: silmä – käsi koordinaatio, syvyyden hahmottaminen, yksin ja pareittain

Tempurata 20min

(ikäluokka huomioiden)

Kaikkia lihasryhmiä kuormittavaa, monipuolista hauskaa liikumista: kuperkeikkoja, kiipeilyä, hyppimistä, heijaamista, tasapainoa, rohkeutta.

Yhteinen lopetus 5min

Rauhoittuminen ja iloisin mielin kotiin kertomaan mitä opin tänään

