

TYTTÖLÄN PÄIVÄKODIN 1-2 -VUOTIAIDEN LIIKUNTAKASVATUKSEN SUUNNITELMA

TAVOITTEET

- **Perusliikkeiden harjoittelu:** käveleminen, nouseminen, kantaminen, juokseminen, kieriminen, pyöriminen, konttaaminen, hyppääminen, heittäminen, kiipeäminen, roikkuminen, heiluminen, keinuminen, työntäminen, vetäminen
- **Kehonhahmotuksen ja -hallinnan harjoittelu:** kehonosien löytäminen, tasapainon ylläpitäminen, liikkuminen eri tasoissa (ylhäällä/alhaalla)
- **Sosiaalisten taitojen kehittäminen:** jäljittely, yhdessä koetut riemun hetket
- **Ympäristön aktiivinen tutkiminen ja kokeminen**

TEMPPUILU Aktiivinen ympäristön tutkiminen sisällä ja ulkona * portaat * liukumäki * muotopalat * tunneli * penkit ja tuolit * patjat Ulkona käytössä * keinut * liukumäet * kiipeilytelineet	PALLOILU JA PALLOPELIT Pallo on tärkein liikuntaväline Pallot ovat lasten saatavilla sisällä ja ulkona Tutustutaan erilaisiin palloihin esim. pehmeät pallot, ilmapallot Pallonkäsittelytaidot: * heittäminen * kantaminen * potkaisemisen alkeet * tiputtaminen * vierivän pallon kiinniottaminen	LUOVA LIIKUNTA Musiikin mukana liikkuminen: keinuen, hytkytellen, pyörien, tanssien jne. Rytmin kokeminen liikkuen	LIIKUNTA-, LAULU- JA PERINNE-LEIKIT Köröttelyt aikuisen sylissä Laulu- ja loruleikit esim. piiri pieni pyörii, vedetään nuottaa Kukkuu-leikit ja piiloleikit Juoksu johonkin kohteeseen, esim. kuva seinällä	VÄLINELIIKUNTA Tärkein liikuntaväline on pallo Lisäksi käytetään hernepusseja, huiveja, leikkivarjoja, muotopaloja, sekä kaikenlasta liikkumiseen kannustavaa materiaalia, esim. pahlavillaatikoita
LUONTO- JA SEIKKAILULIIKUNTA JA RETKET Oman pihan tutkiminen Seikkailu isojen pihassa Kävelyretket lähiympäristöön	TALVILIIKUNTA Lumileikit, lumessa liikkuminen Lumikasoissa kiipeileminen Mäenlasku pyllyllään tai pulkalla Kelkkojen työntäminen Pulkkien vetäminen	YLEISURHEILU	PYÖRÄILY Mopoilu sisällä ja ulkona Pyöräily pihassa	LIIKUNTATAPAHTUMAT Varpaat Vauhtiin! -kampanjaviikot (Valo) Hupiolympialaiset Perheiden yhteiset liikuntatapahtumat

...JA TÄTÄ KAIKKEA TEEMME SEKÄ OHJATUSTI, ETTÄ OMAEHTOISESTI!

PÄÄTAVOITE ON, ETTÄ LAPSELLE MUODOSTUU MYÖNTEINEN SUHDE OMAAN KEHOONSA JA SAMALLA MYÖNTEINEN KÄSITYS ITSESTÄ LIIKKUJANA.
TÄRKEINTÄ ON LIIKUNNAN ILO!

TYTTÖLÄN PÄIVÄKODIN 1-2 -VUOTIAIDEN LIIKUNTAKASVATUKSEN SUUNNITELMA