



MAANANTAISALI RASTIPOLKUSPORT

(7-10 vuotiaat)

2-sali

Kokoontuminen: Klo 18.00. aloitus salissa, Vistantie 31-35, 21530 Paimio

Ilmoittautuminen: Nimenhuudon kautta

Aikataulu: Klo 18.00-18.45

Vastuuvetäjä: Emma Silvennoinen, 0400 657878

SALIHARJOITUS

Kesto: 18.00-18.45

Teema: Pelit ja leikit, suunnistuksellinen osuus.

Tavoite: motoristen perustaitojen opettelu, kehonhallinnan ja -hahmotuksen parantuminen, painottaen erityisesti liiketaito-ominaisuuksia ja liikkuvuutta sekä nopeutta. Mukana myös pieniä suunnistustehtäviä/suunnistustaidon elementtejä, esimerkiksi karttamuistipelejä tai pihasuunnistusta.

Varusteet: Sisäliikuntavarusteet, sisäkenkiä ei tarvitse - salissa ollaan paljain varpain, juomapullo