

Yhdessä liikkuen ja leikkien

**Lämmittely,
liikkuvuus
ja koordinaatio.**

m



QR-koodin takaa löydät puistojumppaliikkeitä yksin ja yhdessä tehtäväksi.

Liikkeet on jaettu eri aihealueisiin taustavärien mukaan. Sinisellä pohjalla olevat liikkeet harjoittavat erityisesti liikkuvuutta ja koordinaatiota.

Liikkeet harjoittavat motorisia perustaitoja. Ne ovat pohjana lasten leikille ja arjen taidoille sekä myöhemmin erilaisille lajitaidoille, kuten hiihdolle ja pyöräilylle.

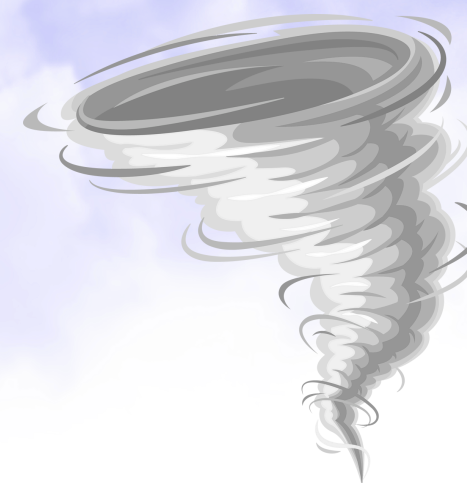
Pupuhyppelyt



#mantsalaliikkuu



Pyörremysky



#mantsalaliikkuu



Kirahvikävely



#mantsalaliikkuu



Kääpiökävely etu- ja takaperin



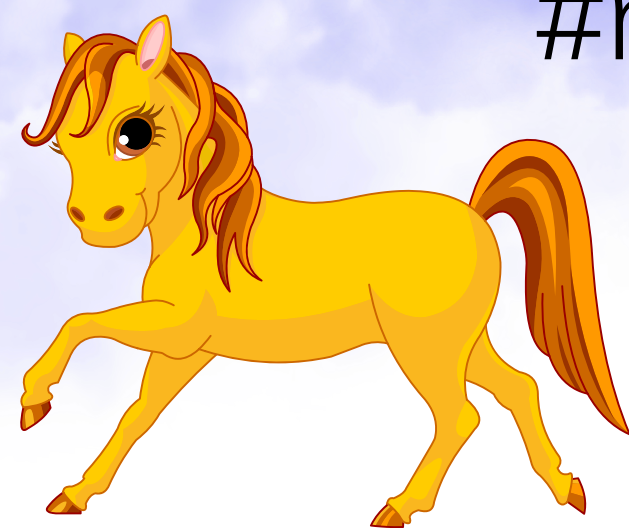
#mantsalaliikkuu



Yhteislaukka



#mantsalaliikkuu



Ryömitään



#mantsalaliikkuu

