



TUNNIN AIHE: Opittujen taitojen kertaaminen

TUNNIN TAVOITTEET: Monipuolista liikkumista

VÄLINEET: Pilli, kartioita, aseita ja patruunoita, askeltikkaat

TAVOITTEET	ORGANISOINTI JA AJANKÄYTTÖ	HARJOITTEET
Kehitettävät taidot	Oppitunnin kesto 90min	Tunnin kulku
<p>Aloitus Ryhmytyminen</p> <p>Ketteryys ja koordinaatio</p> <p>Lajitaidot Ammunta</p> <p>Reaktio, tasapaino, vartalonhallinta</p> <p>Vanhemmat</p> <p>Rytmi, liikkumistaidot</p> <p>Lopetus Fiilikset</p>	<p>Kaikki ovat yhdessä piirissä/ puolikaassa. ~5min</p> <p>Rajataan pelialue kartioilla. ~10min</p> <p>Kerrataan ammunnan perusteita ~20min</p> <p>Merkitään kaksi viivaa n.20 metrin etäisyydelle toisistaan. ~20min</p> <p>Vanhemmille kerrataan ammunnan turvallisuusasiat</p> <p>Merkitään kartioilla lähtöviiva ja reitti, jossa tötsien pujottelualue sekä askeltikkaat. ~30min</p> <p>Kaikki ovat yhdessä piirissä/ puolikaassa. ~5min</p>	<p>Aloitus: Ohjaaja kyselee kuulumisia ja esittelee tunnin sisällön</p> <p>Patsashippa: Valitaan 1-2 hippaa. Kun hippa saa kiinni täytyy jäädä johonkin asentoon ja pelastaminen tapahtuu matkimalla patsaan asentoa</p> <p>Ammunta: Harjoitellaan ampuma-asentoon menoa, tähtäämistä ja puristavaa laukausta. Kohdistetaan aseet.</p> <p>Reaktiolähdöt: Erilaisia lähtötapoja: vatsaltaan, selältään, istualtaan, kyykystä, yhdellä jalalla seisten, selkä menosuuntaan. Erilaisia lähtökäskyjä: äänimerkistä, liikkeestä (käden heilautus, pallon osuminen maahan), kosketus (ohjaaja koskee jokaisen selkään vuorollaan). Erilaisia etenemistapoja: juosten, karhukävely, sivulaukka, sauvat kädessä</p> <p>Ammunta: Lasten harjoitellessa reaktiolähtöjä vanhemmat kertaavat ammunnan turvallisuussääntöjä ja ampuvat itse.</p> <p>Aikuiset ja lapset viesti: Jaetaan ryhmä 3-4 joukkueeseen. Jokaisella joukkueella oma rata, jossa pujotteluosuus ja askeltikkaat. Koordinaatoradalta ammutaan ja samaa reittiä takaisin. Ohilaukaisuista voi tehdä pienen sakkoringin, esim. eläinliikkeillä. Vaihto tapahtuu käsikosketuksesta. Viesti joko sekajoukkuein aikuiset ja lapset tai aikuiset vastaan lapset</p> <p>Lopetus: Missä tänään onnistuit? Ohjaaja kyselee fiiliksiä koko päivän ohjelmasta ja kertoo ohjattavien kehittyneen hyvin.</p>