



# Kirppanat kausiohjelma syksy 2022



## PERHELIKKARI 1 - 3 v.

Aika: tiistai klo 10:00 - 10:45  
Paikka: Kannelmäki, Easy Fit kuntosali - Kauppakeskus Kaari  
Ohjaaja: Jonna / Kirppanat

### SYYSKUU

- 6.9. ja 13.9. Missä polvet, missä napa? Tehdään liikunnasta hauska tapa!  
Teema: tilaan ja toisiimme tutustuminen
- 20.9. ja 27.9. Ollaan kippurassa hiljaa paikallaan, pian vieteriukkona pomppia mä saan.  
Teema: hyppääminen, leikkivarjo ja värit

### LOKAKUU

- 4.10. ja 11.10. Palloja siellä, palloja täällä - välillä jopa päänkin päällä!  
Teema: pallot, liikkumisen eri tasot ja tasapaino
- 18.10. **EI TUNTIA - Iloista syyslomaa ja reippaita ulkoiluja!**
- 25.10. Sain pallon kiinni kartioon, näin taitava mä oon!  
Teema: pallot, heitto ja kiinniotto

### MARRASKUU

- 1.11. Palloiluteema jatkuu
- 8.11. ja 15.11. Pensselin kun käteeni saan, voin mielikuvitusväreillä ryhtyä maalaamaan.  
Teema: kuperkeikka, pensselit ja huivit
- 22.11. Intiaanien mailla, laukataan villihevesten lailla.  
Teema: hyppynarut ja laukka-askel
- 29.11. Kauden päätöskerta - toivetunti

### KÄYTÄNNÖN ASIOITA

- Aikuisen rooli on näyttää lapselle mallia. Sekä aikuisella, että lapsella, on hyvä olla joustavat, liikuntaan sopivat vaatteet. Liikkua voi jumppatossuilla tai paljain jaloin.
- Lapsi voi tunnilla myös pysähtyä seuraamaan sivusta - havainnoimallakin oppii liikemalleja. Annetaan lapsille aikaa tottua uuteen harrastukseen.
- Jos ette pääse jollekin tunnille, voitte varata korvaavan tunnin nettisivujen kautta. Korvaamassa voi käydä 3 kertaa / kausi. Mikäli mahdollista, ilmoittatthan omasta poissaolosta etukäteen, jotta paikka voidaan vapauttaa korvaustunniksi sitä mahdollisesti jonottavalle. Ohjeet ja lomake löytyvät sivuiltamme: [www.kirppanat.fi](http://www.kirppanat.fi) -> ilmoittautuminen -> ilmoittautuminen korvaaville tunneille.

Iloisia liikuntahetkiä!

T: Jonna / Kirppanat



**KIRPPANAT**  
Liikuntaa pienestä pitäen

