

**23. 1. 25**  
**TERVETULOA**  
**JOUKKOOMME, ESSI!**

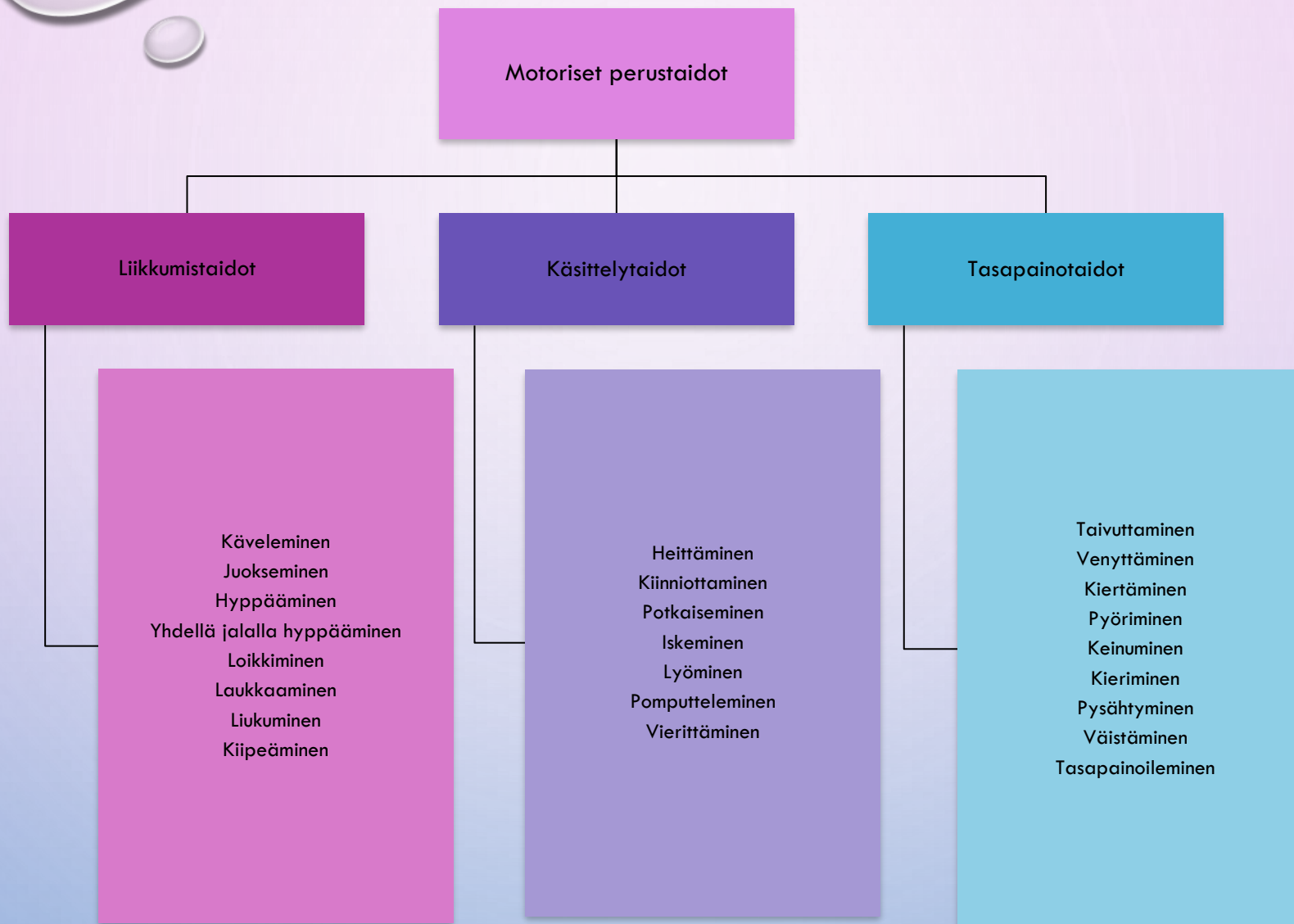
**ESSI (PEKKARINEN)**  
**TEKEE PEDAGOGISTEN AINEOPINTOJEN SOVELTAVAA OHJATTUA**  
**HARJOITTELUA**  
**KIKAN OHJAUKSESSA JA MUKANA 😊**

# **MOTORISET PERUSTAIIDOT**

**Motorisilla perustaidoilla tarkoitetaan useamman kehon osan tuottamia koordinoituja perusliikkeitä (Gallahue & Cleland-Donnelly, 2003, 52). Motoristen perustaitojen hallitsemisen kautta ihmiset selviävät itsenäisesti arkielämässä eteen tulevista fyysisistä haasteista, kuten koulu- ja työmatkoista, liikunta- ja urheiluharrastuksista ja arkiliikunnasta. näin ollen motoriset perustaidot luovat perustan motoriselle käyttäytymiselle.**

**- - -**

**Motoriset perustaidot jaetaan tarkemmin tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaitoihin. Jokainen näistä kolmesta taitoluokista jaetaan edelleen yhdeksään tai kymmeneen alataitoon. (Jaakkola, T. 2018)**



# **MOTORISET PERUSTAIIDOT: LIKKUMISTAIIDOT**

- **KÄVELEMINEN**
- **JUOKSEMINEN**
- **HYPPÄÄMINEN**
- **YHDELLÄ JALALLA HYPPÄÄMINEN**
- **LOIKKIMINEN**
- **LAUKKAAMINEN**
- **LIUKUMINEN**
- **KIIPEÄMINEN**

**Leikkivarjo / oikea laskuvarjo**

**Pienryhmissä:**

**joku harjoite kuhunkin  
osa-alueeseen**

- **Suunnittelu ja toteutus**
- **Muille opettaminen**
- **Kaikkien pisteiden kokeilu**
- **Edelleen muokkaaminen**