**Voimistelun opetusharjoitukset 3ao2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| demoaika | opetusryhmä | oppilaat | Aihe & tilat | opettajat | Opetus omalle ryhmälle |
| Ke 5.10  Klo 10-12 | Viitaniemen yläkoulu 9 lk  18 tyttöä  minna.kotimaki@edu.jyvaskyla.fi | 10.00-11.20  (oppilaat aulassa 9.55) | \*Yhteistoiminnalliset harjoitukset pitkällä hyppiksellä (10-10.40) VS  \*Nauha, vanne, pallo, hyppynaru (1-4) välineenkäsittely ja sarjat (pari/ryhmät)(10.40-11.20) VS | 2 Jarkko, Reko  2 Mikko,Venla | ti 13.9. 10.15-10.45  ti 13.9. 11.00-11.30 |
| Ke 5.10  Klo 9.45-11.15  (10-12) | Schildtin lukio (LI07) Kehonhuoltokurssi (1.krt) sekaryhmä 32 op. [sanna.suonio@gradia.fi](mailto:sanna.suonio@gradia.fi)  (Mea ei ole paikalla) | 9.45-11.00 | \*Kehonhallintaa ja huoltoa voimistelun liikkeitä soveltaen ½ lukion sali  \* Kehonhallintaa ja huoltoa voimistelun liikkeitä soveltaen ½ lukion sali  (jotain musiikkiin, välineitä käyttäen) | 4 Essi, Venla, Tiina, Matilda  4 Viljami, Matias, Katariina, Kaisa | pe 23.9. 12.15-13.30  pe 30.9. 12.15-13.30 |
| To 13.10  Klo 10-12 | Kilpinen 9 U 25 op sekaryhmä urheiluluokka (13+12)  [roosa.pelto-arvo@edu.jyvaskyla.fi](mailto:roosa.pelto-arvo@edu.jyvaskyla.fi) [mikko.lyyra@edu.jyvaskyla.fi](mailto:mikko.lyyra@edu.jyvaskyla.fi) | 10.00-11.30 | \*Koordinaatioharjoittelu, lyhyet hyppikset: perushypyt, parihypyt,  rope skipping, välineen käsittely VS  \*Kehonhallintaharjoitus voimistelun liikkeitä soveltaen, (tasapaino, keskivartalon hallinta) KS | 4 Hilda, Santeri P., Jenna, Roosa,  4 Jokke, Santeri, Oskar, Severi | to 29.9. 10.15-10.45  to 29.9. 11.00-11.30 |
| To 6.10  Klo 10-12 | Tämä kerta siirtyy yhteenvetokerraksi 13.10 jälkeen |  | VS Sali käytössä, jos haluaa treenata opetustaan |  |  |
| ma 24.10. klo 12-14, L206A | Yhteenveto seminaari kurssista |  | Uusi aika |  |  |