

VAKA LIIKUNNAN VUOSIKELLO KORTETALO 2025-2026

ELO-/SYYSKUU				
TAITO	Fyysiset kyvyt/tavoitteet	Sisällä	Ulkona	Muita vinkkejä
Kävely, juokseminen	Tasapaino- ja liikkumistaidot: <ul style="list-style-type: none"> - Pystyssä pysyminen - Pysähtyminen - Suunnan muutokset - Varpailla kävely 	<ul style="list-style-type: none"> - Erilaisilla alustoilla kävely (patjat, penkit, narut) - Esteen ylitys - Eri tasoilla kävely (varpailla kävely, kyykkykävely yms.) - Taaperokärry - Musiikkileikit (liikun musiikin soidessa, pysähdyn musiikin loputtua) 	<ul style="list-style-type: none"> - Päiväkodin pihalla kävely ja juoksu; ”kaihon karavaani” - Retket monipuolisille maastoille (metsä, puisto, lintutorni...) - Hippaleikit 	<ul style="list-style-type: none"> - Jalkapallo, sähly - Parkour - Liikuntaleikit (ks. liikettä leikkeihin ja oppimisen taikakortit drivesta)

		<ul style="list-style-type: none"> - Hippaleikit 		
Ryömiminen, konttaaminen	<p>Tasapaino ja liikkumistaidot:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eri tasoilla ja alustoilla liikkuminen - Alitukset ja ylitykset 	<ul style="list-style-type: none"> - Tunnelit, penkit, pöydät, aikuisen käsien, jalkojen alta, aikuisen yli, patjat, matot - Laululeikit 	<ul style="list-style-type: none"> - Liukumäen alta - Aikuisen käsien ja jalkojen alta 	
LOKA-/MARRASKUU				
Kiipeäminen, työntäminen ja vetäminen	<ul style="list-style-type: none"> - Liikkumis-, käsittely- ja tasapainotaidot - Kehonhallinta 	<ul style="list-style-type: none"> - Huonekalujen (penkit/tuolit) päälle kiipeily ja alas tuleminen - Aikuista vasten kiipeily - Puolapuut - Taaperokärky, nukenvaunu - Tuoli (kangas jalkojen alla) 	<ul style="list-style-type: none"> - Liukumäki, hiekkalaatikko, penkki, kannot, kivet, taaperokärky, nukenvaunu, kuorma-auto - Kiipeilytelineet 	<ul style="list-style-type: none"> - Nassikkapaini

		- Vetolelut		
Heittäminen, vierittäminen	<ul style="list-style-type: none"> - Välineen käsittelytaidot - Liikkumis- ja tasapainotaidot 	<ul style="list-style-type: none"> - Erikokoiset pallot, häntäpallot, hernepussit, ym. seinään, maalitauluun, koriin - <i>Erilaiset radat (tasapainoradat, muotolaatat)</i> - <i>Trampoliini</i> - <i>penkiltä alas hyppely, esim. roikkuvaan palloon lyöminen hyppäämällä,</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - Lisäksi luonnonmateriaalien heittäminen, kävyt (retkellä kerätyt), lumipallo aitaan/aidan yli, saappaan heitto yms., - Hiekkalaatikon reunalta ja penkiltä hyppääminen 	<ul style="list-style-type: none"> - Keilaaminen - Koripallo - Pallon heittäminen kaverille ensin läheltä sitten kauempaa
JOULUKUU				
Kieriminen, koukistus,	<ul style="list-style-type: none"> - Tasapainotaidot - Kehonhahmotus 	<ul style="list-style-type: none"> - Matot, jumppamatot, 	<ul style="list-style-type: none"> - Lumihangessa kieriminen 	<ul style="list-style-type: none"> - Musiikkiliikunta

ojennus, kehonosat, tanssi		kuperkeikka, loruleikit esim. "veetään nuottaa", hymynaama-leik ki (Loruloikkia ja muita... s.32) - Disco		
TAMMIKUU				
- Tasapainoil u - Liukuminen	- Tasapaino- ja liikkumistaidot - Temppurata	- Liukumäkeä ylös eri tavoilla ja laskeminen alas - Mahalaudat	- Pulkka/liukuri/pylly mäki - Lumikasojen päälle kävely - Retket erilaisiin maastoihin - Hiihto, luistelu	- Nassikkapaini -
HELMIKUU				
Hyppääminen	- Liikkumistaidot: eri tavoilla hyppely	- Erilaisia ratoja pitkin (muotolaatat, trampoliini,	- Hiekkalaatikon reunalta ja penkiltä hyppääminen	

		penkiltä alas hyppely, esim. roikkuvaan palloon lyöminen hyppäämällä) - Eteen/taakse hyppy - Hyppynaru		
MAALISKUU				
Heittäminen, pallon kiinni ottaminen	- Käsittelytaidot: yläkautta/alakautta	- Erikokoisten pallojen, hernepussien, häntäpallojen, tyynyjen ja sulkapallojen heittäminen - Maitopurkkien, keilojen kaataminen pallolla	- Lumipallot, pallot, häntäpallot, hernepussit	- Koripallo, käsipallo

		<ul style="list-style-type: none"> - Pallon kiinni ottaminen - Maalitaulut, esteiden yli heitto 		
HUHTIKUU				
Juokseminen	<ul style="list-style-type: none"> - Liikkumis- ja tasapainotaidot: erilaisilla alustoilla juokseminen, pysähtyminen, suunnan vaihto 	<ul style="list-style-type: none"> - Tasaisella, jumppapatjat, esteet - Hippaleikit - Juoksuleikit 	<ul style="list-style-type: none"> - Juoksurata keinun ja varaston ympärille, retket - Siirtymät pihalta sisälle juosten 	<ul style="list-style-type: none"> - Jalkapallo (eskarifutis) - Sähly - Koripallo
TOUKOKUU				
Potkaiseminen	Tasapaino- ja käsittelytaidot	<ul style="list-style-type: none"> - Maali, keilat, maitopurkit kohteena yms. - Syöttely toiselle 	Maali, keilat, maitopurkit kohteena yms	<ul style="list-style-type: none"> - Jalkapallo (pelit, pallon syöttäminen toiselle ja haltuunotto)

KESÄKUU/HEINÄKUU	Tasapaino-, liikumis- ja käsittelytaidot: opittujen taitojen monipuolista harjoittamista	Sadepäivinä	- Retket, oma piha	
-------------------------	--	-------------	--------------------	--

Jokaisella tuokiolla huomioidaan liiketekijät ja kehonhahmotus.

Lajit: Jalkapallo, koripallo, käsipallo, sähly, lumikenkäily, hiihto, luistelu,

KUUKAUDEN LIIKUNTATEMPAUS SOLUITTAIN:

Syyskuu/lokakuu: Esimerkiksi yleisurheilu olympialaiset (juoksemista, heittämistä, hyppäämistä) vk 39

Marraskuu/joulukuu: Esimerkiksi kuvasuunnistus, koodausta, jouluaiheinen muistipeli (esim. kartion alle kuva) vk

Tammikuu/helmikuu: Esimerkiksi Laskiaisjuhla (pulkkamäki, lumileikit)

Huhtikuu/toukokuu: Liikunnallinen vappurieha