

# Puslinge

## Holdbeskrivelse:

Puslingeholdet handler om at have det sjovt, give den gas og lære at gå til gymnastik uden mor og far. Vi ønsker at skabe glæde ved bevægelse samtidig med, at vi arbejder på at udvikle børnenes grundmotoriske færdigheder og kropsforståelse. Barnet skal være fyldt 3 år og til forskel fra forældre/barn-holdet skal barnet være klar til at være uden mor og far i en time.

## Mål:

- Stimulere børnenes motoriske udvikling, gennem grundmotoriske udfordringer. (Øvelser som at krybe, kravle, gå, løbe og hoppe)
- Give børnene bevidsthed om kroppens muligheder gennem leg.
- Styrke børnenes selvværd og give dem nogle motoriske succesoplevelser.
- Give børnene social forståelse og opleve glæden ved samarbejdet med andre børn og voksne.
- Opbygge styrke og fastholde bevægelsesglæden.
- Gøre børnene klar til den videre gymnastiske indlæring.
- Tilvæning til redskaber. Der skal arbejdes med redskabsbaner, der fremmer de gymnastiske bevægelsesmønstre.
- Mestre en rulle og kan trille.
- Er trygge ved at kravle op og ned i ribber
- Kan gå balance på en lav balancebom uden hjælp

## Forudsætninger for at deltage på holdet:

- Barnet skal kunne gå til gymnastik alene
- Barnet skal være fyldt 3 år ved sæsonstart

## Timens indhold:

Sæsonen deles op i fire store, overordnede temaer, hvor leg og redskabsbane skal tilpasses det specifikke tema. Vi arbejder ud fra temaerne: motorik, balance, styrke samt rotation.

- Opvarmning med tre faste sange, som skaber genkendelse og derved tryghed
- Leg med forskellige rekvisitter, sanglege, historiefortællinger med bevægelse
- Redskabsbane
- Afslapning