



Spilopperne

Holdbeskrivelse:

Spilopperne er henvendt til piger og drenge mellem 4-5 år. På holdet bruger vi fantasien, når vi leger og danser til musik. Der bliver brændt krudt af og testet motorik på redskabsbaner. Der er fokus på at udvikle kropsbevidstheden og lege med balance, temposkift og styrke. Fællesskab og gode venner gennem gymnastik er også i fokus.

Mål:

- Slå en kolbøtte
- Øvelse til vejrmøller
- Balancegang i højden
- Samarbejde og holdånd (fx gennem stafetter el. ved akrobatik)
- Tilvænning til redskaber
- Øve håndstand

Forudsætninger for at deltage på holdet:

Barnet skal kunne gå til gymnastik alene

Barnet skal være fyldt 4 år ved sæsonstart

Timens indhold:

- Rundkreds med navneopråb
- Lege/danse-opvarmning
- Redskabsbane
- Massage/afslapning
- Farvel-sang