

# TEEMAT

## Luistelukoulun syksy 2010 / Sirkus pivotus

Päivä	Teema	Harjoitteet	Huom!
su 5.9.	Sirkuskoulun aloituskerta	Tutustuminen jäähän ja ryhmään. Peruspotkut, pehmeät polvet, istuminen ja ylös nouseminen.	Tarkistetaan jokaiselle luistelijalle taitoja vastaava ryhmä
su 12.9.	Voimamiehet	Polvenjousto, jarrutukset ja painonsiirto jalalta toiselle	
su 19.9.	Sirkushevoseet vauhdissa	Hyppääminen paikalla ja vauhdista, viivan yli ja esteen yli	
su 26.9.	Sirkuskoirat radalla	Erlaisia kulkuvälineitä ja ratoja, luistelu eri suuntiin	
su 3.10.	Trapetsitaitelijat tasapainottelevat	Liukuja	
su 10.10.	Taikurit taikovat	Musiikkileikkejä	
su 17.10.	Värikkäät sirkusteltat	Leikkivarjoleikkejä	
su 24.10.	Taitavat jonglöörit	Kääntyminen ja pyöriminen luistimilla, alkeispiruetti	Ota mukaan jälle oma pehmolelu!
su 31.10.	Vauhdikkaat pellet		
su 7.11.			
su 14.11.	ISÄNPÄIVÄLUISTELU	Sirkuksen temppurata	Jälle tervetulleita myös isät ja isoisät!
su 21.11.		Jääpelit ja -leikit	

su 28.11.		Jäällä luistelukoululaisille tonttu pelejä ja leikkejä sekä kilpaluistelijoiden esityksiä. Tapahtumassa tarjolla glögiä ja piparia. Myös kakkuarpajaiset!	Tarkempi aikataulu & ohjelma tulossa myöhemmin! Ota mukaan tonttulakki

### Uutta luistelukoulussa 2010-2011:

**-Tarrojen jako jää jälkeen siirtyy ryhmien ohjaajille!!!!** Tarkista jokaisen tunnin alussa, että sinulla on tarvittava määrä tarroja oman ryhmäsi lapsille.

Kaikki luistelukoululaiset saavat **taitokortin** (viimekauden taitomerkin 1 (syksy) ja taitomerkin 2 (kevät)). Ryhmän vastuuhjaajat säilyttävät kortteja huolellisesti. Jokaisella kerralla jäällä voidaan suorittaa kortin tehtäviä. Ei siis enää erillisiä suorituskertoja. Ensimmäisen kerran jälkeen voit laittaa niihin valmiiksi lasten nimet. Tunnin jälkeen ohjaajat merkitsevät luistelijoiden kortteihin merkit suoritetuista tehtävistä. Esim. ensimmäisellä ja toisella harjoittelukerralla voidaan suorittaa istuminen ja jäästä ylös nouseminen. Koko tuntia ei tällöin tarvitse käyttää suorittamiseen, vaan suorittaminen tapahtuu harjoittelun lomassa. Suorituksesta saa omaan korttiinsa tarran??/merkinnän. Todistukset jaetaan muistoiksi luistelukoululaisille kauden viimeisellä harjoituskerralla. Mikäli luistelija edistyy nopeasti ja suorittaa molemmat kortit syksyn aikana, suositellaan hänelle Taiturit ryhmää kevät kaudelle.

-Ei joulunäytöstä??? Järjestetään joulutapahtuma. Jäälle voi ottaa mukaan siskon tai veljen?? **Joulutapahtumassa** joulupussien tilalle glögi & pipari tarjoilu. Jäällä esim. tonttuleikkejä ja -pelejä. Tapahtumassa kilpaluistelijoiden esiintymisiä ja esim. uusi muodostelma joukkue Primavista voisi esiintyä. Tähän voisi yhdistää liikkarin ylätorille, esim. he pääsevät myös jäälle ja L-koulu liikkarin leikkeihin mukaan. Tapahtumassa voisi järkätä varainhankintana myös kakkuarpajaiset, jouluisia kuivakakkuja, torttuja, pipareita tmv. Mitä ohjelmaa vielä, vai onko jo riittävä.

**-Jokaiselle tunnille** ohjaajien tulee sisällyttää myös **perusasioiden kertausta**; alkuverryttelynä omassa ryhmässä, ennen uuden asian opettelua otetaan peruspotkuja, potkulautaa, pipareita, pujotteluja jne.

**-Ryhmiä määrällisesti vähemmän** esim. 3 + pojat?? + taiturit: käytetään **isompia alueita** ryhmille. Rajataan alueet selvästi tötteröillä, kenttä 4:n osaan. Näin pyritään saamaan **luisteluun enemmän vauhtia**. Ohjaajia voi tällöin ryhmissä olla kaksi & vähintään yksi apuohjaaja.

**-Alkuverryttely** aloitetaan keskeltä kenttää kuten viimevuonna. Koko kentän ympäriluistelu on myös ollut toiveena palautteissa. Uutena voidaan tehdä niin, että loppuverryttelykierros, ennen heippa piiriä, tehtäisiin oman ohjaajan johdolla koko kentällä (ainakin isommat). Minkä jälkeen

siirrytään kaikki yhdessä keskelle isoon piiriin huutamaan heipat!! 😊 Loppuverryttelyyn kannattaa varata aikaa ainakin 5min. tunnin lopusta.