

LEIJONA -KIEKKOKOULUN VUOSISUUNNITELMA - KEVÄT

	KEVÄTKAUSI	KEVÄTKAUSI	KEVÄTKAUSI	KEVÄTKAUSI
KRT.	LUISTELU	KISAT / LEIKIT	KIEKKOKÄSITTELYTEKNIikka / MAILATEKNIikka	PELIT
1.				
1.VSK	Kaatuminen, ylösnouseminen, tasapaino ja luistimilla kävelen eteneminen (k)	Leijonanetsintä	Kiekonkäsittely kämmen- ja rystypuolella lapaa ja kiekon lyöminen (k)	Pidä oma puoli puhtaana kuljettamalla
2.VSK	Eteenpäinluistelu ja pysähtyminen (k)	Kiekonryöstö	Syksyllä opettujien kiekonkäsittelytekniikoiden kertaus (k)	Monimaalipeli
3.VSK	Eteenpäinluistelun lähtö ja pysähtyminen	Harhautusrata - kiekonkäsittely liikkeessä	Kiekon työntäminen kämmen- ja rystypuolella lapaa eteenpäin luistellen (k)	Porttipeli - kuljetus portin läpi
2.				
1.VSK	Tasapaino, luistimilla juosten eteneminen, etpl potku ja liuku kahdella jalalla	Leijonagolf	Kiekonkäsittely kämmen- ja rystypuolella lapaa, kiekon lyöminen ja liikkuminen kiekon perään (k)	Monikiekkopeli oman aikuisen / parin kanssa
2.VSK	Eteenpäinluistelu ja vauhtikäännös (k)	Kapteeni käskee	Syksyllä opettujien kiekonkäsittelytekniikoiden kertaus (k)	Peli + luistelulisätehtävä
3.VSK	Vauhtikäännös ja eteenpäin kaarreluistelu	Jäämies kiekollisena	Kiekon työntäminen yhdellä kädellä kämmen- ja rystypuolella lapaa eteenpäin luistellen	Peliä hyökkäyspelaamisen ohjein ("kultaiset säännöt")
3.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelun potku, liuku kahdella jalalla ja kyykyssä käynti (k)	Pesänyöstö	Kiekon työntäminen kämmenpuolella lapaa eteenpäin luistellen (k)	Peliä eri välineillä aikuisten kanssa
2.VSK	Eteenpäin kaarreluistelu (k)	Syöttöhippa	Vetosyöttö ja vastaanotto kämmenpuolelta (k)	Syöttöpeli
3.VSK	Taaksepäinluistelu, pysähtyminen ja lähtö	Panterihippa	Kiekon vetäminen kämmen- ja rystypuolella lapaa taaksepäin luistellen (k)	Peliä hyökkäyspelaamisen ohjein ("kultaiset säännöt")
4.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelun potku ja liuku kahdella jalalla pujotellen (k)	Leijonametsästäys	Kiekonkäsittely painonsiirron peliasennossa kämmen- ja rystypuolella lapaa (k)	Peliä aikuisten kanssa
2.VSK	Eteenpäin kaarreluistelu (k)	Pallohippa kiekkoa kuljettaen	Vetolaukaus kämmenpuolelta lapaa (k)	Peli + kaarreluistelulisäluistelutehtävä
3.VSK	Kääntyminen etpl -> tpl ja tpl -> etpl	Syöttöhippa	Syöttäminen ja vastaanotto liikkeestä	Peliä puolustuspelaamisen ohjein ("kultaiset säännöt")
5.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelun potku ja liuku yhdellä jalalla	Kirjainten tekeminen	Kiekonkäsittely painonsiirron peliasennossa lavan kärki- ja kantaosalla	Monikiekkopeli oman aikuisen / parin kanssa
2.VSK	Taaksepäinluistelu	Taaksepäinluistelu pareittain mailoista kiinni pitäen	Syksyllä opettujien mailatekniikoiden kertaus (k)	Parimailapeli
3.VSK	Taaksepäin kaarreluistelu	Takaa-ajo ympyröissä - taaksepäin kaarreluistelu	Laukominen liikkeestä (k)	Peliä puolustuspelaamisen ohjein ("kultaiset säännöt")
6.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelun potku ja liuku yhdellä jalalla	Kirjainten tekeminen	Kiekonkäsittely painonsiirron peliasennossa lavan kärki- ja kantaosalla	Monikiekkopeli oman aikuisen / parin kanssa
2.VSK	Taaksepäinluistelu	Maalintekoviesti	Syksyllä opettujien mailatekniikoiden kertaus (k)	Porttipeli - syöttö portin läpi
3.VSK	Taaksepäin kaarreluistelu	Salamannopeat - taaksepäin kaarreluistelu	Suunnanmuutokset kiekon kanssa - pysähdykset	Peliä normaaleilla säännöillä
7.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelu ja kaartaminen liukuessa	Formularata	Keväällä opettujien kiekonkäsittelytekniikoiden kertaus	Viidakkopeli
2.VSK	Kääntyminen etpl -> tpl ja tpl -> etpl	Käännöshippa	Kiekon vetäminen taaksepäin luistellen	Porttipeli - kuljetus portin läpi
3.VSK	Puolustajakäännös	Luistelurataviesti	Suunnanmuutokset kiekon kanssa - vauhtikäännös	Peliä normaaleilla säännöillä
8.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelu ja kaartaminen liukuessa	Formularata	Keväällä opettujien kiekonkäsittelytekniikoiden kertaus	Viidakkopeli
2.VSK	Kääntyminen etpl -> tpl ja tpl -> etpl	Käännöshippa	Kiekon vetäminen taaksepäin luistellen	Peliä normaaleilla säännöillä
3.VSK	Laitahyökkääjäkäännös	Luistelurataviesti	Suunnanmuutokset kiekon kanssa - puolustaja- ja laitahyökkääjäkäännös	Peliä normaaleilla säännöillä
9.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelu ja pysähtyminen	Liikennevalot	Vetosyöttö kämmenpuolelta lapaa	Peliä aikuisia vastaan
2.VSK	Keväällä opettujien luistelutekniikoiden kertaus	Kiekonryöstö - raptors	Keväällä opettujien kiekonkäsittely- ja mailatekniikoiden kertaus	Peliä normaaleilla säännöillä
3.VSK	Keväällä opettujien luistelutekniikoiden kertaus	Jäämies kiekollisena	Keväällä opettujien kiekonkäsittely- ja mailatekniikoiden kertaus	Peliä normaaleilla säännöillä
10.				
1.VSK	Tasapaino, eteenpäinluistelu ja pysähtyminen	Liikennevalot	Vetosyöttö kämmenpuolelta lapaa	Peliä aikuisia vastaan
2.VSK	Keväällä opettujien luistelutekniikoiden kertaus	Tulituspallo	Keväällä opettujien kiekonkäsittely- ja mailatekniikoiden kertaus	Peliä normaaleilla säännöillä
3.VSK	Keväällä opettujien luistelutekniikoiden kertaus	Kahden-kolmen alueen peli	Keväällä opettujien kiekonkäsittely- ja mailatekniikoiden kertaus	Peliä normaaleilla säännöillä