

KANELIN VAUHTIBINGO

Perheen yhteinen retki metsään, pyöräilemään tai pulkkamäkeen	Disko, tempurata tai perhesirkus kotona	Lapsen keksimä liikuntaleikki koko perheelle	Ilmapallojen puhaltaminen ja pompottelu
Tyynysota	Taskulamppuretki sisällä tai ulkona	Liikunnallisen joulukalenterin tekeminen joulukuun ajan	Perheen yhteinen siivouspäivä
Mikä eläin olen? Liikutaan erilaisten eläinten tavoin ja arvataan, mikä eläin on kyseessä	Asioille, esim. kauppaan tai päiväkotiin pyöräily tai kävely	Hyppyruudun askartelu lattiaan (maalariinteipistä) ja siinä hyppely	Leikkipuistotreffit kaveriperheen kanssa
Näkyvän säilytyspaikan keksiminen liikkumisvälineille yhdessä lapsen kanssa	Hampaiden pesu yhdellä jalalla tasapainoillen viikon ajan	Rentoutusharjoitus ennen nukkumaan menoa	Uintiretki

Lapsesi oppii yhdessä sinun kanssasi:

- Kokemaan liikunnan iloa uusien liikkumisleikkien parissa

- Rauhoittumistaito ja ja oman vuoron odottamista

- Osallistumista perheen arkiaskareisiin

