

Lajikokeilun suunnittelu

Keksikää yhdessä kahdeksan eri liikuntalajia. Voitte hahmotella jokaisesta kohdasta ensin muutaman ehdotuksen, joista valitaan sopivin idea lomakkeelle.

Kun olette tyytyväisiä keksimienne lajien määrään, valitkaa yhdessä neljä parasta ehdotusta. Sopikaa yhdessä sellaisista lajikokeiluista, joiden aloittaminen on mahdollista ja mielekästä myös kokeilun jälkeen. Jos valinta tuntuu vaikealta, valitkaa sellainen laji, joka on mahdollisimman monille uusi.

Suunnitelkaa, miten ja missä lajikokeilu toteutetaan. Muutama apukysymys suunnittelun tueksi:

- Missä kaikkialla lajia voi harrastaa?
- Miten pitkään menee siirtymiin?
- Tarvitseeko lajissa välineitä?
- Entä opastusta?



Kokeilusta voi muodostua uusi harrastus! Valitkaa laji, jota on helppo jatkaa kokeilun jälkeen. Lajin valintakriteereinä voidaan pohtia esimerkiksi lajin hintaa ja sopivuutta tavalliseen arkeen. Voiko lajia harrastaa myös omatoimisesti ja ilmaiseksi? Onko edullisia ja samankaltaisia lajikokeiluja mahdollista kokeilla myöhemmin itse?

1	<input type="text"/>	Laji, jossa hengästyy
2	<input type="text"/>	Laji, jossa tulee hiki
3	<input type="text"/>	Joukkuelaji
4	<input type="text"/>	Palloilulaji
5	<input type="text"/>	Liikunta luonnossa
6	<input type="text"/>	Tasapainolaji
7	<input type="text"/>	Lihaskunto- tai voimalaji
8	<input type="text"/>	Ilmainen liikuntalaji