

Taitopiste 1: Tasapaino istuen

Pronssi

Saan nostettua molemmat jalat yhtä aikaa maassa istuen



Hopea

Saan saksattua jalkoja vähintään kaksi kertaa ilmassa istuen kädet ristissä rinnalla.



Kulta

Vauvamukikeinunta. Osaan pyörähtää ympäri lattian kautta



Taitopiste 2: Tasapaino seisten

Pronssi

Osaan seistä yhdellä jalalla vähintään 3 sekuntia.



Hopea

Osaan nostaa jalan suorana eteeni ja taputtaa käsiäni sen alla.



Kulta

Osaan kirjoittaa nimeni jalalla ilmaan yhdellä jalalla seisten.



Taitopiste 3: Jalan notkeus

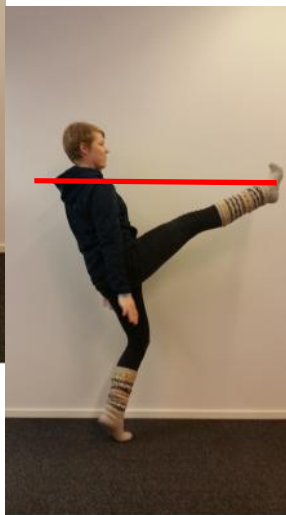
Pronssi

Osaan potkaista oman navan korkeudelle.



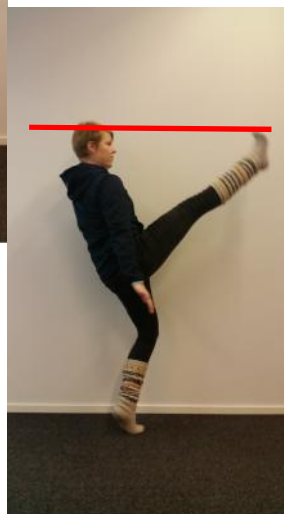
Hopea

Osaan potkaista oman olkapään korkeudelle.



Kulta

Osaan potkaista oman pälaen korkeudelle.



Ohjaaja voi pitää esim. kättä merkinä korkeudesta



Taitopiste 4: Iskevä tarkkuus

Pronssi

Saan lyötyä yhden sanomalehtiarkin läpi.



Hopea

Saan lyötyä kolmen sanomalehtiarkin läpi.



Kulta

Saan lyötyä viiden sanomalehtiarkin läpi.

Ohjaaja pitelee sanomalehtiarkkia käsiensä välissä. Oppilaat siivoavat roskat viereiseen roskakoriin.



Taitopiste 5: Notkeus

Pronssi

Kiila. Saan nostettua vartaloni ylös maasta kiilaan ja pysyttyä siinä 3 sekuntia.



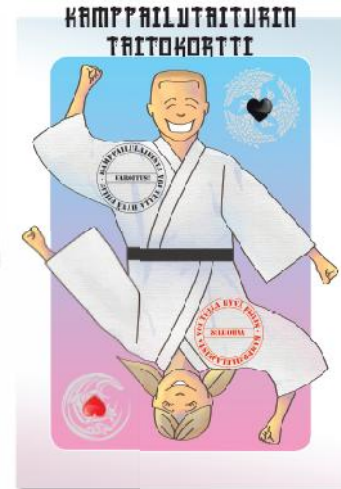
Hopea

Olkasilta. Saan kosketettua oikealla kädellä maahan vasempaan olkapäähäni tukien JA toisinpäin.



Kulta

Silta.



Taitopiste 6: Venyvyys

Pronssi

Eteentaivutus maassa istuen jalat yhdessä. Saan kämmenet polviin.



Hopea

Saan kosketettua eteentaivutuksessa sormilla varpasiini.



Kulta

Saan ranteeni varpasiin eteentaivutuksessa.



Taitopiste 7: Kuperkeikka

Pronssi

Osaan tehdä kuperkeikan.

Hopea

Osaan tehdä kuperkeikan niin, että paperi (A5) pysyy leuan alla koko ajan.

Kulta

Osaan tehdä kuperkeikan siten, ettei pää osu maahan.

Ohjaaja neuvoo, kuinka käsillä voi auttaa viimeisessä osiossa.



Taitopiste 8: Hyppy

Pronssi

Osaan hypätä ympäri 180 astetta.

Hopea

Osaan hypätä ympäri 360 astetta.

Kulta

Osaan hypätä 180 astetta nostaen polvet rinnan korkeudelle.

