

Liite 3: Porin Pesäkarhut, GF linjaukset

PELIFILOSOFIA	->	Kaikki pelaa
KASVATUKSELLISET TAVOITTEET	->	Ryhmässä toimiminen, sääntöjen noudattaminen ja luominen
LEIRIT	->	Naperoleiri- Alueleiri
HARJOITUSMÄÄRÄ SUOSITUKSET	->	1-2krt./viikko
OMATOIMISEN HARJOITTELUN MÄÄRÄ	->	Monipuolinen liikunta 2h/päivä (Pihapelit/leikit, koululiikunta, koulumatkat, välitunti)
VALMENNUKSELLISET TAVOITTEET	->	Lajiin innostuminen! Liikumme, leikimme ja pelaamme
OPITTAVAT LAJITAI DOT (Sisäpelit)	->	Palloon osuminen (YDINASIA) Vaakamailanäpi ja sen suuntaaminen Maalyöntien lyöminen Peruslyönti vauhdilla (F-ikäiset)
OPITTAVAT LAJITAI DOT (ULKOPELI)	->	Heiton tekniikan opettelu (YDINASIA) Kiinniottamisen tekniikan opettelu räpylällä Syöttäminen (Lyötävä syöttö) Liikkuminen pallolle Maapallon kiinniottaminen
OPITTAVAT LAJITAI DOT (ETENEMINEN)	->	Etenemisen merkityksen hahmottaminen osana peliä (YDINASIA) Juoksutekniikan opettelu Kenttäpesien etenemisjärjestys ja säännöt Kärkkymisen opettelu
OPITTAVAT LAJITAI DOT (PELITAI DOT)	->	Lyöntivalinta, pieni vai kova lyönti (YDINASIA) Lyönnin seuraaminen / pallon seuraaminen Merkkilyönti vai vapaalyönti Mailamiehen seuraaminen Eri pelipaikkojen pelaaminen Eri pelipaikat ja niiden nimet Pelipaikkakohtaiset tehtävät Varmistaminen ja taittolinjat

FYYSISET OMINAISUUDET

->

Motoriset perustaidot (Tasapaino-, liikkumis- ja välineen käsittelytaitojen) kehittäminen
Leikinomaiset nopeus-, ketteryy- ja tasapainoharjoitukset