

## Terminsplanering exempel

Vecka	TEMA
37	Introduktion. Fokus säkerhet - vad gäller i hallen, namnlek.
38	Säkerhet + lära känna - namnlek
39	Säkerhet + samarbete + övningar två o två
40	Samarbete + fokus på uppvärmning, varför, hur - stora rörelser, intervall
41	Rörelsemönster, 3 övningar/lekar – få förflyttningar, blind, ihopsatta fötter
42	Rörelsemönster – statiskt, dynamiskt, vridningar mm visas med ex djurlekar
43	Terminologi grepp typer för att kunna ge instruktioner till klättraren
44	HÖSTLOV
45	Fotplaceringar + samarbete, dirigera varandra två och två
46	Rörelsemönster – utveckla dynamisk vs statisk klättring
47	Kompisklättring - ta med en kompis/utmana föräldrar, tränare
48	Lek, utmaning, fys – på väggen och på golvet
49	Balans – både på golvet o väggen, hitta vilor
50	Läsa led - planera klättring, samarbete två och två
51	JULAVSLUTNING klättertipsrunda/film/gladiatorer/ombytta roller/...