

NUORTEN AKATEMIA

TAUKOJUMPPAVIDEOT

Lisää liikettä oppitunneille

www.omavalinta/materiaalit

Taukoliikuntavideoita voi hyödyntää mm. aamunavauksissa sekä oppituntien katkaisemiseksi. Tässä konkreettisia työkaluja istumisen vähentämiseksi osana koulupäivää.

Liikkuen parempi fiilis!

Listaa taukojumppa- videoista

[Jumppalaulu](#)

[Jumppakissan taukojumppa](#)

[Charlie Bear Agadoo](#)

[Charlie Bear Agadoo 2](#)

[Bear Dance](#)

[Moneky Dance](#)

[Head, Shoulders, Knees and Toes](#)

[Charlie Bear Bada Boop](#)

[Skeleton Dance](#)

[Tuolijumppa](#)

[Parihaaste](#)

[Merimiespaini](#)

[Sukkajumppa](#)

[Rentoutusharjoitus](#)

[Mannequin Challenge](#)

”Helppo tapa
lisätä liikettä
oppitunneilla -
YouTube””

