

TOIMINTAMALLI VESISANKARIT-RASTIPISTEISTÄ KOULU-UINTIEN YHTEYTEEN



Esimerkki 1:

- Luokka jaetaan kahtia.
- Tunnin aikana puolet oppilaista ovat 30 min uimaopetuksessa ja puolet ovat 30 min rastipisteillä (2–3 rastipistettä ja rastipisteillä 10–15 min).
- Tämän jälkeen ryhmät vaihtavat paikkoja.

Esimerkki 2:

- Luokka jaetaan kolmeen ryhmään.
- Tunnin aikana ryhmät kiertävät rastipisteillä (2 rastipistettä 20 min per rasti) ja uimaopetus 20min.
- Jokainen ryhmä käy rastipisteillä ja uimaopetuksessa.

Esimerkkinä 3 valmista rastipistettä:

Rasti 1: [pelastautumishyppy veteen](#) tai [pelastushyppy veteen](#)

Rasti 2: [pelastautumishaaste](#)

Rasti 3: [ympäristötemainen pidä puolesi puhtaana leikki](#)

Esimerkkinä 2 valmista rastipistettä:

Rasti 1: [pelastautumishyppy veteen](#) tai [pelastushyppy veteen](#)

Rasti 2: [pelastautumishaaste](#)

Lisää ideoita ja vinkkejä rastipisteille löytyy [täältä](#).