



# Lentis

## LIKKARI

**TEEMA**

Käsittelytaidot ilmapallolla

**TAVOITTEET**

<i>Motorinen</i>	Lapsi harjoittelee lyömään ilmapalloa kädellä
<i>Kognitiivinen</i>	Lapsi harjoittelee käsi-silmä-väline koordinaatiota ja lapsi pohtii lyöntitekniikkaa
<i>Sosio-emotionaalinen</i>	Lapsi osaa ottaa vastaan palautetta

**HARJOITTEET****VÄLINEET****1. Alkutoimet**

Jokainen lapsi pompottaa ilmapalloa ilmassa. Lapset kokeilevat pompottaa ilmapalloa nyrkillä ja kämmenellä ja samalla miettivät, kummalla on järkevämpi ja helpompi pompottaa.

*Ilmapallot***2. Energianpurku****Pidä puolesi puhtaana -peli**

Lapset jaetaan kahteen joukkueeseen ja pelialue kahtia penkeillä. Molemmille joukkueille annetaan sama määrä ilmapalloja. Ohjaajan pillin vihellyksestä lapset lyövät kädellä palloja penkin yli vastustajan puolelle. Peli päättyy pillin vihellykseen ja kummalla joukkueella on vähemmän palloja puolellaan tällöin, on voittajajoukkue.

*Ilmapalloja, penkit***3. Kehontuntemus****Ilmapallon pompottaminen eri kehonosilla**

Ohjaaja kertoo, millä kehonosalla pitää pompottaa ilmapalloa. Lapset yrittävät pitää ilmapallon mahdollisimman pitkään ilmassa ja laskevat, kuinka monta suoritusta he saavat peräkkäin. Ilmapallon pompottamista eri kehonosilla voi kokeilla myös parin kanssa.

*Ilmapallot, merkkikartiot***Erilaisia lyöntejä:**

Jokainen lapsi pompottaa omaa ilmapalloa molemmilla käsillä vuorotellen. Palloa pomputetaan erikorkeuksilla ja kokeillaan liikkua palloa pompottaessa. Ohjaaja voi tehdä radan merkkikartioissa, joka pitää kiertää palloa pompottaen.

**4. Perusliike****Squash**

Lapset ottavat oman pallon ja pelaavat seinään vasten squashia (lyönti seinään, pomppu lattiaan ja uusi lyönti). Palloa lyödään kädellä ja yritetään saada mahdollisimman monta kosketusta ilman, että pallo karkaa pelaajalta. Lyönti tapahtuu avokämmenellä ja käsi mahdollisimman suorana.

*Palloja*



# Lentis LIKKARI

## 5. Suhde pariin/ ryhmään

### Ilmapallopallottelu

Lapset ottavat parin ja parilla on yksi ilmapallo. He pompottavat ilmapalloa vuoronperään kämmenellä. Pallo pyritään pitämään ilmassa mahdollisimman pitkään. Kämmen pidetään isosti auki, kun kosketaan ilmapalloon. Useampi lapsi voi pallotella samalla ilmapallolla vuorotellen. Ilmapalloa voi myös lyödä eteenpäin jonossa.

*Ilmapallot*

## 6. Rentoutuminen

### Ilmapallorentoutus

Lapset jännittävät itsensä mahdollisimman pitkäksi ja pitävät asennon hetken aikaan. Sen jälkeen he "tyhjentävät" itsensä kuin ilmapallot. Lapset "lyyhistyvät" maahan makaamaan ja kuuntelemaan musiikkia. Sama toistetaan useamman kerran. Ilmapallot voivat myös "täytyä" ja nousevat tällöin lattialta ylös.

*CD-soitin ja  
rauhallinen  
musiikki*

## 7. Lopputoimet

### Mitä opittiin?

Mietitään piirissä mitä uutta opittiin tänään.

## Kotitehtävä

### Ilmapallon pomputus

Pidä ilmapalloa ilmassa mahdollisimman pitkään yhdellä kädellä pomputtaen avokämmenellä. Kuinka monta peräkkäistä suoritusta saat tehtyä?