



HUMUSKAAPPANJA

Liikuntaleikit

Kolo & mato

Miten omasta kehosta voi muodostaa koloja? Kuinka ison kolon täytyy olla, jotta toinen mahtuu siitä kulkemaan? Miten tunnistan kolot toisen kehossa? Mahdunko siitä?

Koloja voi käyttää matchipassa, jolloin tämä harjoitus ohjaa tutkimaan, millaisia koloja voi muodostaa.

1. Kun musiikki soi, lapset liikkuvat vapaasti tilassa.
2. Kun musiikki pysähtyy, lapset muodostavat pareja. Lennossa toinen muodostaa omasta kehostaan turvakolon, jonne toinen matona pääsee suojaan.
3. Ohjaaja kiertää lintuna tarkistamassa, onko madot turvassa kolossaan.

Matohippa 1

1. Valitaan yksi-kaksi hippaa, toiset juoksevat vapaasti tilassa.
2. Kun hippa saa jonkun kiinni, tämä asettuu maahan koloksi. Kolon voi tehdä esim. haara-asennossa seisomalla, kontillaan olemalla tai kurottamalla kädet lattiaan.
3. Vapaana liikkuva voi pelastaa kolon ryömimällä matona kolon lävitse. Pelastamisen ajan pelastajaa ei voi ottaa kiinni.
4. Kun kolo on vapautunut, pelastajakin jatkaa vapaana.
5. Ohjaaja ohjaa hipan vaihtumisen.

Matohippa 2

1. Hippa on madon pää, toiset ovat madon ruokaa. (Lapset voivat nimetä itsensä, mitä madon ruokaa ovat, jos asiasta on jo puhuttu.) Ohjaaja tai 1-2 lasta ovat lintuja.
2. Kun hippa saa toisen lapsen kiinni, kiinni jääneestä tulee uusi madon pää ja edellinen hippa jää hänelle hännäksi, eli madon pituus kasvaa syömisen myötä. Häntä pitää kiinni hipan vyötäröltä molemmilla käsillään.
3. Pari jatkaa matkaa, ottaa kiinni kolmannen, josta tulee madon pää ja madon pituus on nyt pää, vartalo ja häntä.
4. Ohjaaja auttaa laskemaan kolmeen (pää, vartalo, häntä), jolloin mato on niin pitkä, että lintu voi napata siltä hännän, kenties myös vartalon taputtamalla tätä/heitä olalle. Vapautuneesta madon osasta tulee lintu ja edellisestä linnusta madon ruokaa.
5. Madon pää jatkaa hippana, hänellä kenties on jatkeenaan vielä häntä. Toista kohdat 2-5.

Versio 2: Mato voi pidetä pidemmäksi, jolloin madon vauhti hidastuu. Jos mato katkeaa, tulee kaksi päätä jne. kunnes kaikki ovat kiinni.

Matohippa 3

1. Valitaan yksi-kaksi hippaa, hipat sekä muut osallistujat ryömivät maassa.
2. Kun hippa saa jonkun kiinni, tämä jäätyy paikoilleen.
3. Vapaana liikkuva voi pelastaa syömällä kiinnijääneen. Kuuluu: rouskis, rouskis!
4. Kun kiinnijäänyt on vapautunut, pelastajakin jatkaa vapaana.
5. Ohjaaja ohjaa hipan vaihtumisen.



HUMUSKAAPAJA

Matohippa 4

1. Valitaan liikutaanko tilassa jousten vai ryömien.
2. Ohjaaja jakaa ryhmän siten, että puolet ryhmästä on kiinniottajia matoja ja puolet ryhmästä on kiinnitettavia ruokia. Kiinnitettavat valitsevat itse mitä matokompostiin laitettavia ruokia he ovat.
3. Kun mato saa ruoan kiinni, huutaa ruoka mikä hän on.
4. Mato muuttuu ruuaksi ja ruoka muuttuu madoksi. Leikki jatkuu.

Onkalopatsas

1. Muodostetaan piiri.
2. Yksi menee piirin keskelle, muodostaa itsestään monikoloisen asennon.
3. Toinen menee piirin keskelle, liittymällä ensimmäiseen muodostaa koloja itsensä ja toisen välille sekä omaan kehoonsa.
4. Näin muodostetaan esim. viiden lapsen muodostama patsas.
5. Seuraava lähtee matona kulkemaan onkaloissa ja kulkee mahdollisimman monen kolon kautta.

