

# Kunnariketun pesisliikkari

## TUNTISUUNNITELMA



### ALKUTUOKIO 5min

Kokoa ryhmä yhteen, piiriin / riviin seisomaan. Tehkää aluksi yhteinen alkujumppa! Alkujumpan jälkeen käydään nimikierroksen yhteydessä oma fiilis läpi. Ohjeet alkujumppaan sekä fiiliskierrokseen erillisellä tiedostolla.

### ALKULEIKKI 10min

#### Seuraa johtajaa

Yksi leikkijöistä valitaan johtajaksi ja kaikkien on seurattava häntä sekä matkittava kaikkea, mitä hän tekee. Jokainen leikkijä pääsee vuorollaan johtajaksi. Johtaja voi esimerkiksi taputtaa käsiään, nostaa kädet päänsä päälle, kiertää esteitä, hyppiä jne. Leikkiä pystyy varioimaan vaihtelemalla välineistöä ja toimintaympäristöä.

### LAJITAI DOT 10-12min

#### Lajikiertoharjoite

Rakennetaan tilaan erilaisia pesistrasteja, joita lapset lähtevät kiertämään:

1. Tarkkuusheitto
2. Syöttö
3. Syöksy
4. Lyönti telineestä
5. Pehmopallon heitto seinään ja kiinniottot
6. jne.



### TUNNETAI DOT 10-12min

#### Pelko

Tässä harjoitteessa tarvitsette pelko -korttia.

Ohjaaja lukee pelko -kortin tarinan, jonka jälkeen käydään yhdessä lasten kanssa kysymykset läpi.

- Miltä pelko tuntuu? Tuntuuko se hyvältä vai ikävältä?
- Missä tilanteissa pelon tunne herää?
- Mitä voi tehdä, jos pelottaa?

Tehkää lopuksi vielä kortin harjoite.

Harjoitellaan: Keskustelkaa ensin pelosta ja siitä, mitä kaikkea voi pelätä tai jännittää. Sen jälkeen leikkikää Kuka pelkää mustekalaa -leikkiä. Muuttakaa leikin sääntöjä niin, että keskellä olija huutaa mustekalan tilalle jonkin pelon aiheuttajan (esim. hämähäkki, korkeat paikat, pimeä).

### PELIOSIO 10min

#### Näpyhitteri

Pelataan näpyhitteriä 3-4 lapsen joukkueilla pesis- tai tennismailalla pehmopalloa lyöden. Pelialueen keskelle sijoitetaan kartioilla merkitty portti. Portti on n. 5-7 metrin päässä kummastakin joukkueesta (syöttöpaikkojen väli 10-14 m) ja leveydeltään noin neljä metriä. Näpyhitterissä lyödään ohjaajan syötöstä ja tavoitteena on lyödä näppi maalyöntinä portista. Kiinniottaja toisesta joukkueesta on portilla torjumassa lyöntejä. Jokaisella lyöjällä on käytössään yksi lyönti, minkä jälkeen vuoro vaihtuu toiselle joukkueelle. Jokainen käy lyömässä ja torjumassa vuorollaan. Lyöjäjoukkue saa pisteen portin läpi maata pitkin menneestä näpistä. Ennen pelin käynnistymistä sovitaan pistemäärä, mihin asti peliä pelataan.

### LOPPUTUOKIO 5min

Kokoa loppuleikin jälkeen ryhmä yhteen, piiriin / riviin seisomaan. Tehdään uudestaan Pomppu Banskun pomput sekä Kiva Kirahvin venytykset. Pyydä lapset lopputuokion jälkeen jonoon. Hyvästele lapset jokaisen toivomalla tavalla. Ohjeet lopputuokioon erillisellä tiedostolla.

### VÄLINEET

tenavapalloja, tennispalloja, pieniä pehmopalloja, räpylät, kartiot, pesis- tai tennismailat, syöttölaudaset, pelko -kortti