

Liikuntaleikkejä Maran ja Taran tarinan innostamina



Timanttihippa

Kuin banaanihippa, mutta kiinni jäädessä mennään timanttiasentoon: polvet ja varpaat yhteen, kantapää tuloa toisistaan, kädet ylös yhteen timantin kärjeksi. Kiinni jäänyt vapautuu, kun toinen leikkijä tulee vastapäätä samaan asentoon.

Timanttien piilotus

Piilotetaan timanttitekortit ympäri huonetta ja etsitään ne. Lopuksi käydään kortit läpi ja keskustellaan, mitä timanttitekoja kukin on tehnyt tai pelataan korteilla Timanttileikkiä.

Timanttileikki

Kuin värileikki, mutta timanttitekorttien kysymysten avulla. Kysymykset muokataan väitelauseiksi ja perään lisätään askelmäärä, esimerkiksi "Miten otat toiset huomioon?" → "Jos otat toiset huomioon, saat ottaa kolme Maran askelta" tai "Jos olet keksinyt uuden pelin tai leikin, saat ottaa viisi Taran askelta".

Maran askeleet ovat pitkiä harppauksia ja Taran askeleet tavallisia askeleita.

Lattia on laavaa

Leikitään muuten normaalisti, mutta käytössä on aina kerrallaan yksi seuraavista:

- kaikki laittavat toisen käden paidan sisälle, jotta käytössä on vain yksi käsi
- liikkua saa vain yhdellä jalalla hyppien
- leikitään silmät kiinni tai pimeässä
- näytetään sormilla 5-4-3-2-1, milloin lattia on laavaa (ei puhuta)

Sokkokeilaus

Yritetään kaataa keilat (esim. tyhjät muovipullot) sokkona siten, että kaveri antaa ohjeita, mihin palloa pitää heittää.

Kädetön koripallo

Liikutetaan palloa koria kohti ilman käsiä yhdessä kaverin kanssa esimerkiksi mahojen, selkien, päiden jne. välissä. Korina voi olla esimerkiksi tyhjä roskakori. Yksi pelaaja voi olla korin edessä estämässä korin tekemistä – ilman käsiä hänkin.

Yksijalkainen hippa

Kaikki liikkuvat yhdellä jalalla hyppien.

Mykkä piilonen

Leikitään piilosta normaalisti, mutta ääneen laskemisen sijaan lyödään rumpua esim. 20 kertaa. Kun etsijä lähtee etsimään, hän antaa merkin rummuttamalla kovaa.

