

KIELTÄ LIIKKEELLÄ



Vasu todeksi, arki liikkuvaksi

Riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää lapsen terveille kasvuille, kehitykselle, oppimiselle ja hyvinvoinnille. Kieltä liikkeellä on päivittäisen fyysisen aktiivisuuden ja ohjatun liikunnan opasmateriaali eri kieli- ja kulttuuritaustaisten lasten kielen oppimisen tueksi Espoon varhaiskasvatuksen henkilöstölle.

Materiaali on muodostunut prosessissa, jossa ovat olleet osallisina kaikki Espoon varhaiskasvatuksen kieli- ja kulttuuriopettajat. Leikkejä valitsemassa, muokkaamassa ja luomassa on ollut projekti-suunnittelija Irma Ahokkaan vetämä työryhmä, johon kuului Maija Kämäräinen, Piia Merimaa, Karoliina Mjengwa, Eija Salo-Mattila ja Reetta Wirtanen. Prosessissa on ollut mukana myös varhaiskasvatuksen asiantuntijat Pirkko Nylund, Elina Pulli, Marianne Leppänen ja Anita Vataja. Aineiston sisältöä on muokannut FM Niina Maunu ja kalenterin on taittanut graafinen suunnittelija Minna Ögland. Kalenterin on kuvittanut Eveliina Netti.

Kieltä liikkeellä- materiaali on tuotettu Vasu todeksi, arki liikkuvaksi hankkeessa Etelä-Suomen aluehallintoviraston myöntämällä Liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämisavustusten valtionavustuksella.

Kalenterin käyttö

Kieltä liikkeellä -materiaalin käyttö suunnitellaan ryhmän varhaiskasvatussuunnitelmaan tai esiopetussuunnitelmaan. Ryhmävasuun kirjataan, miten varhaiskasvatuspäivään lisätään liikkumista ja miten se linkitetään muuhun toimintaan.

Materiaali on seinäkalenteri, johon on ideoitu joka kuukaudelle liikuntaleikkejä, joita voi soveltaa kullekin lapsiryhmälle sopivaksi lasten suomen kielen taidon mukaan. Kunkin leikin yhteydessä on kuvattu kielelliset ja motoriset taidot, joiden harjoittelu on leikin tavoitteena. Lasten taitojen mukaisesti leikkejä voi helpottaa tai vastaavasti lisäämällä elementtejä lisätä haastetta. Mikään ei estä kääntämästä kalenterin sivua kesken kuukauden, leikkimästä pidempään lasten suosikkileikkiä tai jonkun sivun yli hyppäämistä. Kalenteri on tarkoitettu arkiseksi työkaluksi ja ryhmätiloissa esillä pidettäväksi.

Qr-koodien takaa löytyy lisää leikkejä sekä lisävinkkejä perusleikkiin. Koodin pääsee lukemaan viemällä tabletin kameran qr-koodin päälle, kun internetyhteys on päällä. Koodi asetetaan keskelle kameran näyttöä siten, että se näkyy kokonaan. Koodi skannautuu ja linkki aukeaa.

Leikeissä kannattaa hyödyntää Lystiloikka-pelin kortteja, Roihusten kuvakortteja ja Jekku Jänö -kortteja, mitkä kaikki löytyvät jokaisesta yksiköstä. Lisäksi voi käyttää mm. Papunetin kuvapankkia ja Folkhälsanin Hoppa pä -kortteja. Espoon suomenkielisen varhaiskasvatuksen Tietopankissa on myös leikattavat kortit perustaidoista ja liiketekijöistä.

Lapsen oman äidinkielen ja kulttuurin arvostus ja näkyväksi tekeminen tukee myös suomen kielen oppimista. Eri kulttuurien leikkejä voi kysyä asiakasperheiltä ja työkavereilta. Vanhempia voi pyytää esimerkiksi opettamaan ryhmälle jonkin oman kulttuurinsa pihaleikin. Juhlista löytyy tietoa mm. eri juhlakalentereista, kuten juhlakalenteri.finlit.fi ja juhlakalenteri.fi. Lisäksi Espoo julkaisee lukuvuosittain Kulttuurien juhlakalenterin julistemuodossa.

Leikit tukevat varhaiskasvatussuunnitelmaa

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (OKM 2016) ovat ohjanneet leikkien suunnittelua: ”*Liikkuessaan lapsi harjoittelee ja kehittää motorisia taitojaan. Liikkuminen ja motoristen taitojen opettelu parantavat lapsen edellytyksiä koulunkäyntiin ja uusien asioiden oppimiseen. Hyvät motoriset taidot tuovat iloa ja onnistumisen elämyksiä. Ne edistävät lapsen elämänlaatua ja suojaavat sosiaaliselta syrjäytymiseltä.*”

Kalenterin alaosaan on avuksi jaoteltu **MOTORISET PERUSTAI**DOT, jotka ovat tasapainotaidot, liikkumistaidot ja käsittelytaidot.

Taitojen harjoittelua rikastetaan erilaisilla **LIIKETEKIJÖILLÄ**, jotka ovat myös jatkuvasti näkyvissä. Ne muistuttavat taitojen monipuolistamisesta.

Leikkien suunnittelussa on huomioitu Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet:

Lasten kielen kehityksen osa-alueet:

- Vuorovaikutustaidot
- Kielen ymmärtämisen taidot
- Puheen tuottamisen taidot
- Kielen käyttötaidot
- Kielellinen muisti ja sanavaranto
- Kielitietoisuus

Varhaiskasvatuksen tehtävä on vahvistaa lasten kielellisten taitojen ja valmiuksien sekä kielellisten identiteettien kehittymistä.

- **Vuorovaikutustaitojen** kehittymisen kannalta lasten kokemukset kuulluksi tulemisesta ja siitä, että heidän aloitteisiinsa vastataan, ovat tärkeitä. Henkilöstön sensitiivisyys ja reagointi myös lasten non-verbaaleihin viesteihin on keskeistä. Vuorovaikutustaitojen kehittymistä tuetaan kannustamalla lapsia kommunikoidaan toisten lasten ja henkilöstön kanssa.
- **Lasten kielen ymmärtämisen** taitoja tuetaan runsaan kielellisen mallintamisen avulla. Johdonmukainen toiminnan sanallistaminen ja keskusteleminen tukevat lasten sanavarannon kehittymistä. Erilaisissa varhaiskasvatuksen tilanteissa käytetään kuvailevaa ja tarkkaa kieltä. Tarvittaessa käytetään kuvia, esineitä ja tukiviittomia.
- **Lasten puheen tuottamisen** taitojen kehittymistä seurataan ja ohjataan. Lapsia rohkaistaan puhumaan eri tilanteissa sekä aikuisten että toisten lasten kanssa. Tämä auttaa lapsia käyttämään ja ymmärtämään puhuttua kieltä. Lasten kanssa kiinnitetään vähitellen huomiota myös äänensävyihin ja äänenpainoihin.
- **Lasten kielen käyttötaitoja** ohjataan ja kielen käyttöä pohditaan yhdessä lasten kanssa eri tilanteissa. Tavoitteena on tilannetietoisien kielen käytön vahvistuminen. Lasten kanssa harjoitellaan kertomista, selittämistä ja puheen vuorottelua. Lisäksi eläytyminen, huumorin käyttö sekä hyvien tapojen opettelu vahvistavat lasten kielen käyttötaitoja. Tutustuminen erilaisiin teksteihin tukee kielen käyttötaitojen kehittymistä ja auttaa lapsia havaitsemaan puhutun ja kirjoitetun kielen eroja.
- Lasten kielellinen ilmaisu monipuolistuu, kun heidän **kielellinen muistinsa** ja **sanavarantonsa** laajenee. Henkilöstön tehtävä on tukea tietoisesti tätä kehitystä. Kielellisen muistin kehittymistä tukevat esimerkiksi lorujen ja laululeikkien käyttö. Kielellä leikkely, nimeäminen sekä kuvaavien sanojen käyttäminen edistävät lasten kielellisen muistin ja sanavarannon kehittymistä. Kiireetön keskustelu ja lukeminen sekä tarinoiden kerronta tarjoavat mahdollisuuksia pohtia sanojen ja tekstien merkityksiä ja opetella uusia käsitteitä asiayhteyksissä.
- Lähiympäristön eri kielten havainnointi tukee lasten **kielietietoisuuden** kehittymistä. Henkilöstön tehtävänä on herättää ja lisätä lasten kiinnostusta suullista ja kirjoitettua kieltä sekä vähitellen myös lukemista ja kirjoittamista kohtaan. Kielen havainnoinnin ja tutkimisen avulla suunnataan lasten huomiota sanojen merkityksistä kielen muotoihin ja rakenteisiin, kuten sanoihin, tavuihin ja äänteisiin. Lapsia rohkaistaan kirjoittamaan ja lukemaan leikkillisesti.



Samanlaisia





Pikku pupu piilossa

1. Välineet levitetään lasten kanssa ympäri aluetta.
2. Lapset siirtyvät tilan toiseen pätyyn selin, jotta he eivät näe piilotusta.
3. Ohjaaja/lapsi piilottaa jäniksen kuvan yhden välineen alle.
4. Piilotuksen jälkeen loruillaan: *Pikku pupu piilossa, pussin alla tallessa. Etsi pupu kontaten.*
5. Näytetään liikekuva tai malli. Aluksi liikekuvia käytetään tukena. Käytetään liikuntaverbeistä myös perusmuotoa, jotta tutuksi ei tule vain hieman harvinaisempi muoto ”ryömien”. Esimerkiksi ”Osaatko ryömiä?”
6. Kun ohjaaja antaa luvan, lähtevät leikkijät etsimään pupua nimetyllä tavalla liikkuen.
7. Kun pupu löytyy, nimetään, minkä värisen välineen alta se löytyi.
8. Löytäjä saa keksiä seuraavan liikkumistavan etsimiseen.

Vinkki: Ulkoleikissä pupun voi piilottaa esimerkiksi ämpäreiden alle.



Pikku pupu
piilossa



Tervehdysleikki

LIIKE:

Erilaiset liikkumistavat (esimerkiksi konttaaminen, ryömiminen, takaperin käveleminen, tasajalkaa hyppiminen, hiipiminen, tanssiminen, käsi kädessä käveleminen)

KIELELLINEN OPPIMINEN:

Liikeverbit (esimerkiksi kontata, kontaten, ryömiä, ryömien), värit

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN:

Hernepusit, muotopalat tai merkkikartiot. Jänis pehmoeläimenä tai kuvana. Tarvittaessa liikekuvat, mutta liikkeen mallintaminen käy myös.



LAUKKAA



Metsäseikkailu

- Muodostetaan lasten kanssa jono. Ohjaaja kertoo lapsille alustuksen:
Lähdemme retkelle metsään. Siellä voi olla erilaisia esteitä, jotka pitää kiertää, väistää, ylittää tai joita pitkin pitää kävellä. Metsässä asuu myös eläimiä. Jos näemme hirven, meidän pitää juosta karkuun. Jos näemme karhun, maataan hiljaa piilossa, jolloin karhu ei välitä meistä.
- Jono lähtee liikkeelle ohjaajan johdolla sekä liikkuu eri tavoin ja eri paikoissa samoin kuin seuraa johtajaa -leikissä. Ohjaaja näyttää ja kertoo esimerkiksi:
 - Kävellään varpaillamme, ettei kettu herää.
 - Tuossa on kaatunut puu. Kävellään sitä pitkin.
 - Hypätään kiven päältä alas.
 - Kontataan oksan alta.
 - Karhu on kävelyllä. Mennään maahan makaamaan ja ollaan ihan hiljaa, niin karhu menee ohi.
 - Tässä on tiheää, paljon puita. Tästä ei mahdu. Kävellään sivuttain.
- Lopuksi ohjaaja huomaa hirven ja kaikkien pitää juosta karkuun. Ohjaaja kertoo, mihin saakka juostaan. Matka kannattaa olla riittävän pitkä, jotta lapset hengästyvät.

LIIKE:

Erilaiset liikkumistavat ja liike-laadut

KIELELLINEN OPPIMINEN:

Metsä- ja eläinsanasto

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN:

Leikitään liikuntasalissa, pihalla, kentällä tai metsässä kulkemalla ja tarinaa kertomalla. Kerronnan tukena käytetään kuvia, eleitä ja tukiviittomia. Ohjaaja näyttää, mitä tehdään ja sanoittaa lasten taitotason mukaisesti selkeällä ja kuuluvalla äänellä. Alkuun voi kuunnella esimerkiksi Kielinupun laulun Suomalainen metsä ja ottaa laulun eläimiä osaksi seikkailua.



KÄVELE



Metsäseikkailu



Rauhanfutis



Tikka puuta koputtaa -loruleikki odottelutilanteisiin

1. Ohjaaja nimeää ja mallittaa, miten eläimet liikkuvat. Ohjaaja näyttää esimerkiksi, miten sammakot loikkivat, ja kaikki lapset matkivat.
2. Harjoitellaan loruleikki eläimiseen ja liikkeeseen:
 - *Tikka puuta koputtaa* (koputellaan etusormella toisen käden kämmeneen)
 - *Jänis juosta laputtaa* (läpsytellään reisiä kämmenillä)
 - *Orava käpyä nakertaa* (esitetään nakertamista)
 - *Myyrä kolostaan kurkistaa* (kurkitaan etusormen ja peukalon muodostamasta reiästä)
 - *Kuka tuolta tulla saa?*
 - *En sano, en sano, arvatkaa!*
3. Loruleikin jälkeen yksi lapsista esittää kuvista valitsemaansa metsäneläintä ja muut arvaavat, mikä eläin on kyseessä.

LIIKE:

Eläinten liikkumistavat

KIELELLINEN OPPIMINEN:

Eläinsanasto, eläinten tekemiset ja liikeverbit

Liikkuessa eri eläinten tavoin lapsi oppii paljon suomen kielen sanoja, esimerkiksi eläinten ominaisuuksia (sarvet, siivet, karhukävely), liikkumistapa- ja käskyverbejä (hypi, loiki, matele, ryömi, konttaa, kipitä, löntystä, lennä, laukkaa, kiemurtele), liikelaatuja (voimakkaasti, kevyesti, hitaasti, nopeasti), liikeverbejä (laputtaa, koputtaa, nakertaa, kurkistaa jne.)

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN:

Metsäneläimiin tutustutaan aluksi kuvakorttien avulla (kortteja löytyy esimerkiksi Roihusista tai Papunetistä).



TYÖNNÄ



Tikka puuta koputtaa



Tehdään yhdessä temppurata

1. Keskustellaan, millaisesta liikkumisesta lapset pitävät. Pohditaan yhdessä, mitä on mukava tehdä sisällä, salissa, pihalla tai retkillä. Lapset voivat piirtää kuvan tai ohjaaja voi kuvittaa tai kirjata lasten mielenkiinnonkohteet ja toiveet.
2. Pohditaan yhdessä, millaista tekemistä radalle olisi mukava saada ja mihin se tehdään? Onko radalla jokin lapsia kiinnostava teema? Suunnitellaan yhdessä temppurata paperille.
3. Tutustutaan yhdessä yksikön liikuntavälineisiin ja pohditaan, mitä niistä tarvitaan.
4. Rakennetaan lasten kanssa temppurata sisälle tai ulos.
5. Sanoitetaan tekemistä, kysellään ja keskustellaan liikuttaessa radan eri osioissa. Apuna voi käyttää tasapaino-, liikkumis- ja käsittelytaito-kortteja.
6. Dokumentoidaan projektin eri vaihteet lasten kanssa, jotta teemoihin ja uusiin käsitteisiin voidaan palata uudestaan. Jos mahdollista, otetaan lasten kanssa valokuvia dokumentoinnin tueksi.



Temppurata-
projekti



Ruotsalaisuuden
päivä ja lasten
omat leikit

LIIKE:

Liike-, tasapaino- sekä käsittelytaidot

KIELELLINEN OPPIMINEN:

Tekemisen sanoittaminen, kyseleminen ja keskusteleminen

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN:

Piirustusvälineitä, liikuntavälineitä, esimerkiksi van-teita, muotopaloja, naruja, palloja, mailoja, tasapainopaloja ja -lautoja, pomppupatja ja esteitä. Tabletti tai puhelin kuvaamiseen. Suunnittelussa hyödynnetään liikkumistaito-, tasapaino- ja käsittelytaito-kortteja. Liitä mukaan myös liiketekijöitä.



POTKAISE



Pipari, kynttilä, joulukuusenpallo

1. Liikutaan vapaasti tai sovitulla tavalla ohjeen mukaisesti, esimerkiksi hyppien, juosten, kontaten.
2. Tehdään äänimerkistä (esimerkiksi kulkunen, pilli, rumpu tai triangeli) ohjaajan valitsema asento, esimerkiksi kynttilä.
3. Hyödynnä kuvatukea. Voitte myös yhdessä lasten kanssa keksiä jouluisille sanoille liikkeen.

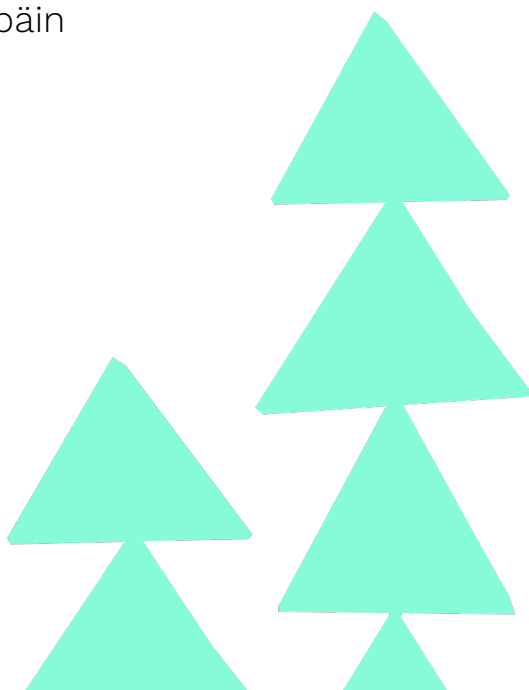
Esimerkiksi:

- Pipari: Laskeudutaan selin makuulle.
- Kynttilä: Nousta seisoamaan päkiöille kädet pään yläpuolelle nostettuina.
- Joulukuusenpallo: Käperrytään kyykkyasentoon pienenä keränä.
- Poro: Ojennetaan oikea jalka eteenpäin.
- Lahjapaketti: Käännytään seisomaan ikkunaan päin

Lähde: Tonttujen liikunnallinen joulukalenteri, liikkuvavarhaiskasvatus.fi
(Leikki on muokattu alkuperäisestä.)



Pipari, kynttilä,
joulukuusenpallo



LIIKE

Erilaiset liikkumistavat, tasapaino

KIELELLINEN OPPIMINEN

Liikeverbit, joulusanasto

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN

Kuvat jouluun liittyvistä sanoista esimerkiksi Papunetista, liikkumistaitokortit, tasapainokortit, soitin tai pilli.



JUOKSE



Tunnelileikki

1. Aluksi keksitään ja muodostetaan keholla erilaisia asentoja, joista saa tehtyä tunnelin. Esimerkiksi kädet ovat maassa ja peppu on ylhäällä tai vain yksi käsi ja yksi jalka on maassa ja niin edelleen. Lasten ei tarvitse olla lähekkäin, vaan he voivat liikkua ympäri pihaa, ryhmätilaa tai salia.
2. Ohjaaja antaa ohjeita, kuten: *"Kaikki, joilla on punainen paita, tekevät tunnelin"*. Sanallinen ohje konkretisoidaan näyttämällä lasten vaatteita tai hyödyntämällä erilaisia kuvakortteja tai piirroksia ominaisuuksista.
3. Muut ryömivät tai konttaavat tunnelien läpi.

LIIKE

Kehon eri asennot, tasapaino, ryömiminen, konttaaminen

KIELELLINEN OPPIMINEN

Kehon eri osat ja asennot, vaate- ja värisanasto

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN

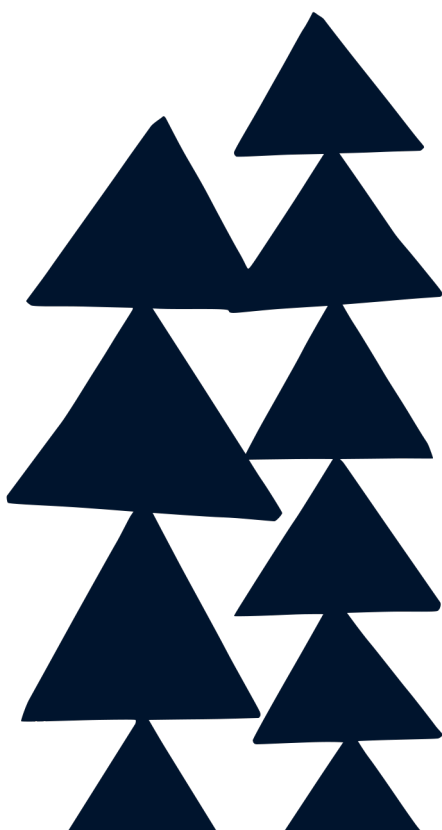
Piirrä asentoja ja ominaisuuksia (lasten vaatteita: esimerkiksi raidallinen paita, ruskeat housut, vetoketju hupparissa, tossut jalassa ja niin edelleen) havainnollistavia kuvia esimerkiksi pienelle kannettavalle valkotaululle ja/tai käytä kuvakortteja ominaisuuksista. Huomioi ohjeiden antamisessa lasten kielellinen osaaminen.



RYÖMI



Tunneli





Pyörteissä

Laita instrumentaalimusiikkia soimaan ja anna lasten liikkua vapaasti tilassa. Kun musiikki lakkaa, jokainen pysähtyy, kuuntelee ohjeen ja liikkuu ohjeen mukaan. Kun musiikki alkaa uudelleen, vapaa liikkuminen jatkuu.

Pyöri

- peppu lattiassa
- kämmenet lattiassa
- korkeilla varpailla
- polvien päällä
- matalana/ korkeana
- kontaten jne.

Pyöritä

- jalkaa/kättä
- päätä/peppua
- olkapäitä/kyynärpäitä
- polvea/nilkkaa

Kieri

- kädet vartalon jatkona
- kädet vartalon sivuilla
- tiukkana patukkana
- lötköpötkönä

Lähde: Elina Pulli. Lupa liikkua. Liikuntaleikkejä ja -tuokioita varhaiskasvatukseen. Lasten keskus. 2015.

LIIKE:

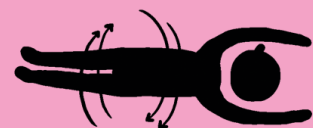
Vartalon ja raajojen käyttö, tasapaino, kuljettaminen, pyöriminen, pyörittäminen, kieriminen

KIELELLINEN OPPIMINEN:

Liikkumistavat ja liikelaadut, tunneilmaisut, kehonosat

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN:

Musiikkia ja tarvittaessa kuvia eri kehonosista.



KIERI



PYÖRI



Missä on peppu



Sanoma-lehden kuljetus



Muoto- ja värileikki

1. Käydään lasten kanssa nimeten läpi värit ja muodot (esimerkiksi kolmio, neliö, ympyrä).
2. Tehdään kehomuotoja. Kysytään lapsilta: *Näytä paikallasi pysyen, miten teet kehollasi kolmion.* Ohjaaja näyttää kolmion sormillaan. *Entä ympyrän?* Ohjaaja näyttää ympyrän käsivarsillaan. *Entä neliön? Miten teet muodon kaverin kanssa?*
3. Pyydetään lapsia laittamaan muotopalat ympäri huonetta esimerkiksi tähän tapaan: *"Vie keltainen kolmio sohvan viereen."* Ohjaaja auttaa ja mallittaa tarpeen mukaan.
4. Kun muotopalat on sijoitettu ympäri huonetta, ohjaaja antaa lapsille liikkumisohjeita, esimerkiksi *"juoskaa vihreän neliön luokse"*. Liikkumisohjeeseen voidaan lisätä liiketekijä: *"Kontatkaa hitaasti vihreän neliön luokse"*.

LIIKE

Erilaiset liikkumistavat, liike muotona.

KIELELLINEN OPPIMINEN

Muotojen ja värien nimitykset, sijaintikäsitteet

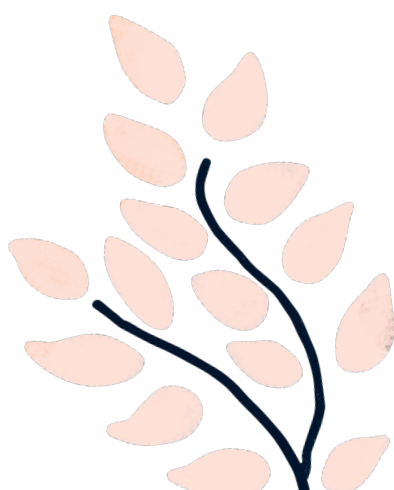
VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN

Erivärisiä muotopaloja, liikekortit.

Vinkki: Muotoja voidaan havainnoida myös ympäristöstä. *Missä näet ympyrämuodon?* (ja niin edelleen).



Muotopalat
ja värit



KONTTAA



Pikku karhun ja ison karhun aamujumppa

Leikki sopii kaikenikäisille lapsille. Alle 3-vuotiaiden kanssa harjoitellaan helpompia perusliikkeitä ja esikoululaisten kanssa vaikeimpia. Aluksi liikkumistavat mallinnetaan lapsille. Jumpata voi sisällä tai pihalla.

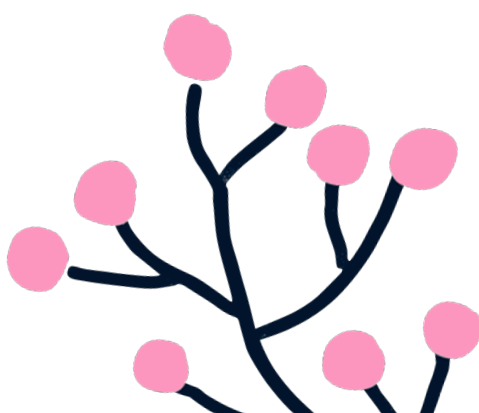
Ohjaaja kertoo tarinaa, jota voi varioida monin tavoin ja muokata omaan ryhmään sopivaksi.

- Olipa kerran iso karhu ja pikku karhu. Aamuisin ne halusivat aina jumpata. Mutta yleensä ne halusivat jumpata aivan eri tavoin.
- Pikku karhu sanoi: *Jumpassa pitää aina hyppiä korkealle ylöspäin.*
- Iso karhu sanoi: *Ei suinkaan. Katsos, jumpassahan pitää aina mennä aivan matalalle. Katsos näin, alas, kyykkyy. Ja ylös ja alas...*
- Pikku karhu sanoi: *Jumpassa pitää kyllä juosta omalla paikallaan. Katsos näin, minä nostan polvia korkealle eteen.*
- Iso karhu sanoi: *Taas sinä teit aivan hassusti. Kun juostaan paikoillaan, pitää yrittää osua kantapäillä peppuun. Katsos näin.*
- Pikku karhu: *Ei kun pitää tömistellä painavilla karhun tassuilla.*
- Iso karhu: *Ei kun pitää sipsutella kevyin askelin.*

ja niin edelleen.



Karhujen
aamujumppa



LIIKE

Perusliikkeet sekä erilaiset liikkumistavat

KIELELLINEN OPPIMINEN

Perusliikesanasto, kehonosat, suunnat (eteenpäin/ eteen ja taaksepäin/taakse, edessä-takana, vasen-oikea, vaakasuora-pystysuora) liikkumistavat ja liiketekijät (hiljaa-kovaa, nopeasti-hitaasti, voimakas-heikko, painava-kevyt, pitkä-lyhyt ja niin edelleen).

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN

Erivärisiä muotopaloja, liikekortit.



OJENNA • TAIVUTA



Hyppynaru

Loru ja liike

Ohjaaja pyörittää naruja vaakasuunnassa maata pitkin ja lausuu lorua esimerkiksi: ”Pressa, veskari, trukkikuski, räppäri, rikas, rakas, köyhä, varas...” Lapset seisovat piirissä aikuisen ympärillä ja hyppivät narun yli. Jos jalka osuu naruun, lapsi menee sivuun odottamaan ja tekee ennalta sovitun kuhunkin sanaan liittyvän asennon. Esimerkiksi kaikki, joihin naru osui rakas-sanan kohdalla, seisovat yhdellä jalalla halaten itseään. Leikkiä jatketaan niin kauan, kunnes yksi hyppääjä on jäljellä.



Muita
naruvinkkejä



Hyppynaru-
lorut

Narun pysäytys sekä hyppyt eri tavoin ja eri suuntiin

Ohjaaja juoksee ja vetää perässään pitkää naruja, joka esittää karkaavaa käärmettä. Naru pitää pysäyttää jalalla. Kun kaikki lapset seisovat narun päällä, ohjaaja antaa ohjeen hypätä pois eri tavoin: Kauas, kauemmas, lähelle, lähemmäs, sivuttain, eteenpäin, taaksepäin, lyhyt hyppy / lyhyesti, pitkä hyppy / pitkästi ja niin edelleen riippuen lasten taitotasosta. Sen jälkeen käärme karkaa uudelleen.

Narun alitus eri tyylein

Kaksi lasta pitää hyppynaruja paikoillaan ja muut limboavat narun ali. Narua lasketaan joka kierroksella alemmas. Narun ali voi mennä eri tyylein, esimerkiksi rapuna, käärmeenä tai hyppien, matalana ja niin edelleen riippuen, mitä sanastoa halutaan harjoitella.

LIIKE

Käveleminen, juokseminen, hyppiminen, hyppääminen, kiinniottaminen, vetäminen, pyörittäminen, suunnanvaihtaminen

KIELELLINEN OPPIMINEN

Perusliikuntasanoja, suunnat, etäisyydet ja hyppimisen tavat

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN

Pitkä hyppynaru



HYPPÄÄ



Laiva on lastattu

1. Parit istuvat lattialla jalkapohjat vastakkain. Sovitaan aihepiiri, jolla laiva on lastattu. Aihepiirinä voi olla sanasto, jota muutenkin harjoitellaan ryhmässä, kuten esimerkiksi metsän eläimet, huonekalut tai vaatteet. Vieritetään palloa toiselle sanoen: *"Laiva on lastattu..."*
2. Nousta seisoamaan, pidennetään välimatkaa ja potkaistaan pallo toiselle.
3. Heitetään välinettä seisaaltaan parin kanssa toisilleen tai pienryhmässä. Vaihdetaan heittotyyliä esimerkiksi yhdellä kädellä, kahdella kädellä, alakautta, yläkautta, taaksepäin.
4. Voidaan heittää tuolin tai muotopalan takaa, päältä, edestä, vierestä tai vanteen ulkopuolelta, sisäpuolelta.

LIIKE

Välineen käsittely: Vierittäminen, potkaiseminen, heittäminen, kiinniottaminen

KIELELLINEN OPPIMINEN

Luokittelu.

Suhdekäsitteet suhteessa tilaan ja välineisiin: Päällä, alla, lähellä, kaukana, edessä, takana, vieressä, sivulla, sisäpuolella, ulkopuolella.

VÄLINEET JA VALMISTAUTUMINEN

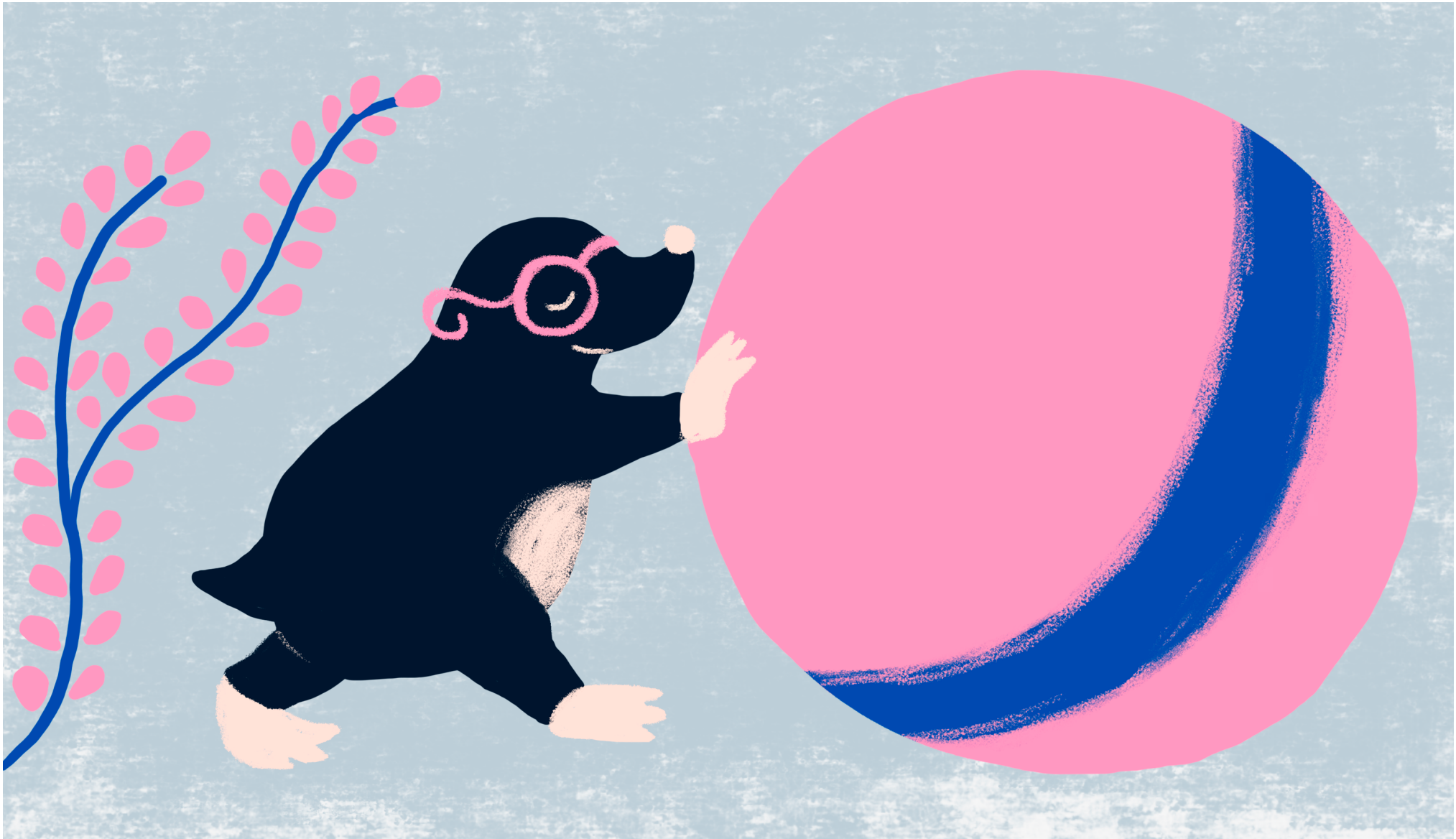
Pallo, häntäpallo, pehmoeläin tai hernepussi jokaiselle. Tuolit, muotopalat, vanteet.



Kesäinen
piirileikki



HEITÄ



Liikkeet



PERUSASENTO



KÄVELE



JUOKSE



LAUKKAA



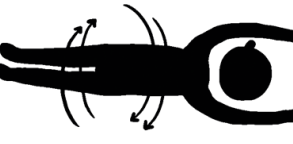
POTKAISE



RYÖMI



KONTTAA



KIERI



PYÖRI



TYÖNNÄ



OJENNA



TAIVUTA



HEITÄ



HYPPÄÄ

Perustaidot

TASAPAINOTAIDOT

Keho paikalla – Staattinen ja dynaaminen tasapaino

- | | | |
|-----------------|---------------------|--|
| • Ojentaminen | • Pyörähtäminen | • Väistäminen |
| • Koukistaminen | • Kieriminen | • Pysähtyminen (alastulosta + vauhdista) |
| • Taivuttaminen | • Laskeutuminen | |
| • Seisominen | • Nouseminen | |
| • Kääntyminen | • Venyttäminen | |
| • Heiluminen | • Tasapainoileminen | |

LIKKUMISTAITO

Keho liikkeessä

- | | | |
|----------------|-----------------|----------------|
| • Ryömiminen | • Ponnistaminen | • Loikkaaminen |
| • Konttaaminen | • Hyppääminen | • Kinkkaaminen |
| • Käveleminen | • Kiipeäminen | • Pyöriminen |
| • Juokseminen | • Laukkaaminen | |

KÄSITTELYTAIDOT

Keho ja väline

- | | | |
|-------------------|-------------------|-----------------|
| • Heittäminen | • Vetäminen | • Potkaiseminen |
| • Kiinniottaminen | • Vierittäminen | • Kuljettaminen |
| • Pyörittäminen | • Pomputtaminen | |
| • Työntäminen | • Lyöminen ilmast | |

Liiketekijät

SUUNTA

- eteenpäin
- taaksepäin
- sivulle
- oikealle
- vasemmalle
- ylös
- alas

TILA

- suuri tila
- pieni tila
- oma tila
- jaettu tila

AIKA

- hitaasti
- nopeasti
- hidastaen
- nopeuttaen
- tasainen liike
- yhtäkkinen liike

VOIMA

- voimakkaasti
- kevyesti
- jännitys
- rentoutus

TASO

- päkiöllä
- käsien liikkeet
- rinnan yläpuolella

Keskitaso

- polven ja rinnan välillä tapahtuva liike

Alataso

- päinmakuu
- selinmakuu
- kylkimakuu
- ryömiminen
- konttaaminen

LIIKKEET SUHTEESSA TILAAN

- päällä
- alla
- lähellä
- kaukana
- edessä
- takana
- sivulla
- sisäpuolella
- ulkopuolella

LIIKKEET SUHTEESSA IHMISIIN

- yksin
- kaksin
- ryhmässä
- vierekkäin
- vastakkain
- peräkkäin
- jonossa
- rivissä
- piirissä