

Pelit ja leikit

Tässä pieni kooste erilaisia pelejä ja leikkejä lentopalloharjoitusten alku- ja loppuverryttelyyn, tutustumisleikeiksi ja leikinomaisten kuntopiirien vetämiseen.

1. Kaikkiin maaleihin

Ryhmä jaetaan 3-5 pelaajan joukkueisiin. Jokaiselle joukkueelle tehdään oma maali (esim vanne tai patja), jota se suojelee. Joukkueiden maalit asetellaan leikkialueen reunamille/kulmiin. Palloja otetaan yksi vähemmän kuin on joukkueita. Koppipallon säännöin joukkueiden pitää yrittää saada palloja vastustajajoukkueiden maaleihin, kuitenkin samalla suojellen omaa maalia. Kun pallo on saatu maaliin, se jätetään sinne, ja sen saa ottaa peliin mukaan ainoastaan se joukkue, kenen maalissa se on. Pelin hienous on siinä, että usean pallon kanssa pelatessa kukaan ei ehdi laskemaan tehtyjä ja tulleita maaleja, joukkueiden on tehtävä tiivistä yhteistyötä ja kommunikointia, ja leikissä tulee valtavasti liikettä kun vain on aktiivinen.

2. Seinä pomppis

Pelaajat seisovat jonossa, kasvot seinään päin. Jonon ensimmäisellä on pallo (tennis-, lento-, pehmispomppispallo) jonka hän heittää seinään. Kun pallo palatessaan koskee maahan, antaa pallonheittäjä sen mennä jalkojensa välistä/ alta, ja jonon toinen ottaa pallon kiinni. Jonossa ensimmäisenä ollut kiertää jonon viimeiseksi, ja toisena ollut on nyt ensimmäinen ja jatkaa samaan malliin.

3. Kahden pallon pelit

Pompotellaan tai heitellään (kumpaakin yhtä aikaa) pareittain tai pienissä ryhmissä kahta palloa yhtä aikaa.

4. Kirjain pallo

Pelaajat muodostavat ringin, ja sen keskelle asettuu yksi pelaaja. Pelissä on mukana kaksi palloa (miehellään pehmeitä). Toinen palloista on ringin keskellä olevalla pelaajalla, ja toinen kiertää ringissä. Ringissä olevat leikkijät heittelevät palloa toisilleen. Leikkijä, jolla on pallo käsissään, täytyy nopeasti keksiä leikin alussa sovitulla kirjaimella alkava sana, ja heittää pallo jollekin toiselle ringissä seisovalle pelaajalle. Ringin keskellä oleva yrittää heittää omalla pallollaan sitä, jonka vuoro on keksiä sana. Jos sanoja keretään ”polttamaan” ennen kuin hän keksii sanan, joutuu hän polttajaksi ringin keskelle.

5. Kunigaspallo

Pelaajat muodostavat ringin, ja sen keskelle asettuu yksi pelaaja, eli Kuningas ja hänelle muutama suojelija, eli henkivartija. Pelissä on mukana yhtä monta palloa, kuin henkivartioitakin on (miehellään pehmeitä). Ringissä seisovat pelaajat yrittävät polttaa kuninkaan, ja henkivartijat suojelevat kuningastaan torjumalla heittoja. Osia vaihdetaan niin että kaikki saavat vuorollaan olla sekä heittäjiä että henkivartijoita.

6. Lohikäärmeen muna -viesti
Muodostetaan kaksi (tai useampi) jonoa niin, että leikkijän istuvat peräkkäin. Jonon viimeinen laittaa pallon jalkojensa väliin, ja ojentaa sen jonossa seuraavalle. Pallon antanut leikkijä nousee nopeasti ylös, ja menee kulkusuunnassa jonon ensimmäiseksi. Pelaaja, joka sai pallon, ottaa sen vastaan jaloillaan, kääntyy peppu maassa ympäri, ja ojentaa pallon seuraavalle ja menee jonon ensimmäiseksi. Se jono joka on ensimmäisenä maalissa, voittaa viestin.
7. Kaikki pelaa – Kaikki palaa
Rajataan pelialue. Kaikki leikkijät pelaavat polttopalloa ovat pelialueen sisäpuolella. Pelivälineenä on 2-4 pehmeää palloa, pelaajamäärästä riippuen. Jokainen saa polttaa ja jokainen voi tulla poltetuksi. Pelaaja joka palaa, tulee pelialueen ulkopuolelle, jonne valmentaja on määritellyt oheistehtävän (esim. 3 sormilyöntiä seinään). Suoritettuaan oheistehtävän pelaaja pääsee takaisin peliin.
8. Sikin sakin solmuun
Tehdään piiri, jossa leikkijät ottavat toisiaan käsistä kiinni. Piiri supistetaan aivan pieneksi, ja kädet nostetaan ylös. Kun kaikkien kädet ovat ylhäällä, irrotetaan ote vierustovereista, ja otetaan jostakin toisesta kädestä kiinni. Yhteisestä merkistä yritetään laajentaa piiri joka on nyt ihan solmussa. Yhteistyössä tarkasti suunnitellen ja keskustellen ryhmä yrittää selvittää solmut ilman, että otetta käsistä irroitetaan.
9. Pidä puolesi puhtaana
Leikissä on kaksi joukkuetta joilla on oma puoli salista puhtaana pidettävänä. Pallot jaetaan aluksi tasaisesti ympäri pelialuetta. Pelin ohjaajan antamasta merkistä aletaan putsamaan omaa puolta. Pallot tulee toimittaa toiselle puolelle esim. vierittämällä, ja heiton tulee tapahtua aina tietyn viivan takaa. Palloja saa hakea omalta pelialueelta, mutta heitot on tapahduttava aina sovitun viivan takaa. Seuraavasta merkistä kaikki pysähtyvät, ja sen jälkeen lasketaan kumman puoli on puhtaampi. Peliä voidaan vaikeuttaa erilaisilla sääntömuutoksilla. Esim. Otetaan erikokoisia palloja jotka on pisteytetty niin että pienemmistä palloista tulee enemmän pisteitä. Jos pelaaja on hakemassa palloja omalta puoleltaan, häneen voi yrittää osua, ja saada omalle joukkueelleen pistehelpotusta. Leikistä saa lajinomaisen kun pallo toimitetaan toiselle puolelle sormilyönnillä tai aloitusyötöllä verkon yli, tai iskulyönnillä verkon ali.
10. Hirviömaali
Leikki toteutetaan pienissä ryhmissä. Leikin ohjaaja antaa ryhmille tehtäviksi muodostaa hirviöitä, joilla on esim. 3 jalkaa ja 2 kättä. Tämä tarkoittaa sitä, että ryhmän tulee toimittaa pallo maaliin hirviöasetelmassa, jossa 3 jalkaa ja 2 kättä koskevat liikkeessa maahan. Kun kaikki ryhmät ovat päässeet maaliin, annetaan uusi tehtävä ja maali, ja ei kun menoksi. Leikkiä voidaan vaikeuttaa asettamalla maaleja hieman vaikeampiin paikkoihin.
11. Vaikeat vanteet
Leikki vaatii hieman ennakkojärjestelyjä. Kiinnitetään jumppavanteita eripuolille/ -korkeuksille puolapuita esim. teipillä. Jokainen leikkijä kulkee vuorollaan radan läpi, niin että yrittää olla koskematta vanteeseen, mutta menee kuitenkin aina sen lävitse. Tämä leikki sopii oivaksi lisäksi temppu- ja tekniikkaratoihin.

12. Sairaalahippa

Leikissä on kolmenlaisia leikkijöitä: Ihmiset, bakteeri(t) ja ambulanssit (leikkijäpari). Leikkitilaan määritetään sairaala-alue. Muutama bakteeri(t) yrittää saada ihmisiä kiinni, jotka kiinni jäätyään käyvät selin makuulle lattialle. Ambulanssit saapuvat paikalle ja vievät sairastuneen sairaalaan. Parantuakseen leikkijän täytyy kerätä voimia tekemällä jokin tietty määrä vatsa-, selkä-, ja punnerrusliikkeitä. Liikkeiden jälkeen parantunut leikkijä menee ambulanssileikkijän tilalle, josta tulee terve ihminen. Jos bakteeri saa kaikki ”ihmiset” yhtä aikaa selälleen ja sairaalaan (siis niin ettei yhtään kiinniotettavaa ole) saa hän valita seuraavan bakteerin, ja mennä ”ihmiseksi”.

13. Pyykkipoikahippa

Kiinnitetään jokaiseen leikkijään yhtä monta pyykkipoikaa. Jokainen yrittää kerätä itselleen mahdollisimman monta pyykkipoikaa. Leikin lopussa lasketaan kenellä on eniten pyykkipoikia. Hän saa vetää venyttelyt.

14. Pesätaistelu

Otetaan parit ja rajataan alue, jonka sisälle mennään seisomaan selät vastakkain. Leikkijä yrittää työntää pepulla parinsa ulos leikkialueen sisältä. Käsiä ei saa käyttää.

15. Kissanhäntä –hippa

Tehdään 3-5 henkilön jono, joka pitää toisistaan kiinni (lanteilta tai harteilta). Jonon viimeiselle laitetaan häntä (esim. huivi). Jonon ensimmäinen on kissan pää, joka suojelee häntäänsä. Yksi henkilö yrittää napata kissan hännän, ja kun hän saa sen, tulee hänestä kissan pää, jonon viimeisestä kiinniottaja, ja toiseksi viimeisestä häntä.

16. Evoluutio (leikkiin on hyvä lisätä musiikki)

Sopikaa leikin alussa kaikki evoluution asteet. Esim. ameba, torakka, jänis, gorilla ja ihminen. Valitkaa leikkialueeksi sali tai kenttä jossa kaikki mahtuvat liikkumaan hyvin. Lähtekää liikkumaan yhtä aikaa ameban tavoin. Leikin ohjaajan merkistä (tai musiikin keskeytyksestä) ottakaa pariksi lähin ameba, ja pelatkaa kivi-paperi-sakset –leikki. Voittaja nousee evoluution seuraavalle tasolle ja jatkaa liikkumistaan uudella tavalla. Seuraavasta merkistä hän etsii parikseen toisen saman evoluutiotason eläimen, ja pelaa hänen kanssaan kivi-paperi-sakset peli. Kun leikkijä on edennyt ihmiseen asti, hän on pelastunut maailmaan ja lähtee liikkumaan muiden ihmisten kanssa merkityllä alueella ihmiselle ominaisella tavalla. Keksikää itse miten 😊

17. Kädet auki

Valitkaa poruksatanne kaksi polttajaa. Muut pelaajat asettuvat piiriin. Toinen polttajista menee piirin sisälle ja toinen piirin ulkopuolelle. Polttajat yrittävät yhteisvoimin polttaa piirissä olijoita. Kun pelaaja saa osuman, hänestäkin tulee polttaja. Piirissä olijat liikkuvat käsi kädessä. Kun pallo tulee kohti kädet voi avata ja palloa yritetään väistää. Pähän osuneesta pallosta ei pala, mutta pukkaus on silti sallittua. Peli loppuu kun piiriä ei enää ole.

Peliä voi pelata myös niin että osumasta polttaja vaihtuu. Polttaja ja poltettu vaihtavat paikkaa. Peli jatkuu kunnes kaikki ovat olleet polttajan paikalla.

18. Kulkuvälineet

Piirtäkää maahan kolme viivaa (kuten maa-meri-laiva leikissä). Keskimäinen viiva on auto, päädyssä olevat viivat ovat juna ja lentokone. Leikin johtaja huutaa eri kulkuneuvoja ja leikkijät lähtevät liikkumaan viivaa kohti matkien ko. kulkuneuvon ääntä ja liikkumistapaa. Esim.

Auto = pakarakävelyä ratti kädessä

Juna = polvillaan kävelyä kädet kyljissä kiinni pyörien

Lentokone = juoksennellaan salissa kädet siipinä

19. Vierivä kivi

Leikissä on tarkoituksena saada ISO pallo vierimään pienten pallojen avulla vastustajan puolelle ja suojella omaa puolta niin ettei ISO pallo vieri sinne. Pelaajat pommittavat pienillä palloilla suurta palloa vastustajan suuntaan (huom. oman pelialueensa rajojen takaa). Mikäli iso pallo menee pelialueen ulkopuolelle, se voidaan palauttaa pelialueen keskelle. Pienet pallot voidaan käydä noutamassa pelialueen sisältä, mutta heiton on aina tapahduttava heittoviivan takaa.

20. Hillokeisari

Valitkaa joukostanne yksi hillokeisariksi. Ennen sitä sopikaa muutama hillolaatu (mansikka-, vadelma-, mustikka- ja karpalohillo jne.) joista leikkijät valitsevat itselleen mieluisen. Hillot asettuvat salin päättyyn, ja keisari salin keskelle. Keisari huutaa jonkin hillolajin, jolloin kaikki huudetut hillolajit lähtevät liikkeelle, ja yrittävät päästä salin toiseen päättyyn. Hillokeisari yrittää ottaa hilloja kiinni, ja kiinnijääneistä tulee keisarin apureita. Hillot, jotka odottavat vuoroaan salin päädyssä, pyörivät ympyrää, tai tekevät jotain muuta ennalta sovittua liikettä (esim. kuntopiirin omaisesti). Keisari voi huutaa myös sekahillon, jolloin kaikki ryntäävät juoksuun, olivatpa he kummassa päädyssä tahansa. Leikki loppuu kun kaikki hillot ovat jääneet kiinni. Keksikää eri hilloille erilaisia liikkumistapoja.

21. Juoksevat hampurilaiset

Juoskaa sovitulla alueella musiikin tai leikin johtajan rytmityksen tahdissa. Kun leikin johtaja huutaa "raskalaiset", kaikkien on pysähdyttävä tikkusuoriksi kuin ranskanperuna. "Coca-Cola", kaikkien on sihistävä kuin kupliva hiilihappo. "Hampurilainen", kaikkien on käytävä maahan makaamaan kaksi päällekkäin. "Kerroshampurilainen", kaikkien on käytävä maahan makaamaan kolme päällekkäin. Juoksu jatkuu leikin johtajan merkistä. Keksikää erialisia tapoja kuvata hampurilaisia ja kerroshampurilaisia koko keholla jos päällekkäin makaaminen tuntuu hankalalta.

22. Kaverit kokoon

Pelaajat ovat aluksi yhdessä ryhmässä ja juoksevat ympäri salia. Valmentajan merkistä muodostetaan ryhmiä. Erialiset merkit kertovat minkä kokoisia ryhmien tulee olla. Esim. 1 vihellys → muodostetaan pari, 2 vihellystä → neljän hengen ryhmä, pitkä vihellys → kolmen hengen ryhmä, 2 pitkä vihellystä → viiden hengen ryhmä, erittäin nopea vihellykset → yksin. Liike jatkuu kokoajan ja siinä kokoonpanossa johon on jääty aina seuraavaan vihellykseen.

23. Sheriffi hippa

Leikissä on 4 hippaa (sheriffiä) ja loput leikkijöistä on kiinniotettavia (rosvoja). Jokaisella sheriffillä on oma alue vankilanaan. Leikin alussa rosivot ovat yhtenä ryhmänä tilan keskellä ja sheriffit omassa nurkassaan. Sheriffit ottavat rosvoja kiinni yhden kerrallaan ja kuljettavat heidät omaan vankilaansa. Kukin vanki kuljetetaan vankilaan eri tavoin liikkumalla. Sheriffi päättää miten liikutaan (ratsastetaan, juostaan, hypitään tai kieritään). Vankilassa viruvat vangit tekevät uusimman vangin määräämiä tehtäviä: punnerruksia, tasahyppyjä tai vaikkapa leuanvetoja jos siihen on mahdollisuus.

24. Urheilubingo

Valmentaja tekee ennakkoon numerolaput 1-20 (arvioitu osallistujien määrä). Yhdessä pelaajien kanssa sovitaan tehtävät joita leikin aikana tehdään. Tehtäviä keksitään yhtä monta kuin numeroita ja leikkijöitäkin on. Tehtävät laitetaan listalle järjestykseen. Tehtävissä edetään listan järjestyksessä, ja tehtäviä suoritetaan niin monta kertaa kuin Bingon numero (ennakkoon tehdyt numerolaput) osoittavat. Jokainen pelaaja saa vuorollaan vetää ”Bingosta” numeron ja kaikki tekevät tehtävät yhtä aikaa.

25. Koppipallo

Jakaannutaan kahteen joukkueeseen. Joukkueiden tarkoituksena on saada pallo kuljetetuksi kopittelemalla omalle maalialueelle tai maalivahdille niin, että se käy vähintään 3:lla oman puolen pelaajalla. Pallo kädessä ei saa liikkua. Maalivahdeilla on oma esim. maalarinteipillä rajattu alue pelialueen päissä, johon muut pelaajat eivät saa astua. Jotta koko pelialue tulisi käyttöön ja liikkuminen olisi monipuolista, pelaajille kannattaa antaa roolit (esim. puolustaja ja hyökkääjä) ja vaihtaa niitä pelin aikana pienin väliajoin. Kannattaa kokeilla myös kangasfresbiitä ja pienempiä palloja.

26. Yömatka

Valitkaa itsellenne pari johon voitte luottaa. Rakentakaa saliin esteitä, joiden yli tai ohi pitää kulkea. Lähtekää kulkemaan pareittain salissa niin, että toinen on opastaja ja toinen kulkee silmät sidottuina opastajan ohjeiden mukaan. Opastajan vastuulla on, ettei törmäyksiä tapahdu, eikä opastettava loukkaa itseään. Etukäteen voidaan sopia niin, että opastaja saa pisteitä sen mukaan, kuinka monen esteen yli, ohi tai ali hänen onnistuu pariaan johdattaa turvallisesti. Vaihtakaa osia, ehkä useampaankin kertaan.

27. Vesimies

Valitkaa joukostanne vesimies. Muut leikkijät asettuvat rajatun alueen toiseen päähän. Leikki alkaa kun vesimies huutaa: ”Olen villi vesimies, kiinni otan, kukaties!”. Muut lähtevät juoksemaan alueen toiseen päähän. Jos vesimies saa juoksijan kiinni koskettamalla, juoksija muuttuu krokotiiliksi ja jää sille paikalle makaamaan. Seuraavan kierroksen aikana krokotiilit saavat koskettamalla ottaa juoksijoita kiinni, mutta he eivät saa liikkua omalta paikaltaan. Juoksijoiden täytyy koko ajan huomioida maassa makaavat krokotiilit!

28. Ketjuhippa

Hippa ottaa muita leikkijöitä kiinni. Kiinni jäänyt muuttuu myös hipaksi ja hipat kulkevat käsikädessä, verkkona muita jahdaten. Leikki jatkuu kunnes kaikki on saatu kiinni.

29. Värihippa

Sopikaa neljä eri väristä aluetta, esimerkiksi kentän tai salin nurkat. Valitkaa yksi huutaja ja yksi hippa. Värin kuultuaan leikkijät juoksevat sovitun väriselle alueelle. Hippa ottaa leikkijöitä kiinni, ja kiinni jäätyään leikkijä muuttuu hipaksi. Huutaja saa määrätä miten leikin aikana liikutaan: kontaten, pyörien, loikkien, juosten, laukaten tai vaikkapa yhdellä jalalla hyppien.

30. Saarileikki

Asettakaa suuri kangas, esimerkiksi leikkivarjo tai lakana salin tai luokan keskelle saareksi, ja vaikka pyykkipoikia tai palloja ympäri salia kaloiksi. Vihellyksestä kaikki liikkuvat saarta kohti ja poimivat itselleen ainakin yhden kalan. Kaikkien on mahdollista saarelle. Kun kaikki ovat saarelle, heitetään kalat takaisin veteen, ja liike jatkuu. Joka kerta kun kuuluu vihellys, saari on muuttunut pienemmäksi. Keksikää yhdessä keinoja, joilla kaikki mahtuvat saarelle, vaikka se olisi kuinka pieni.

31. Tutustumisrinki

Asettukaa piiriin ja sopikaa kuka aloittaa. Jokainen vuorollaan sanoo oman nimensä tai lempiruokansa... tai vaikkapa maan johon haluaisi matkustaa. Sana tavutetaan, ja tavutuksen tahdissa tehdään jokin liike, esimerkiksi näin:

Ka-ro-lii-na = Kyykkyy-ylös-kyykkyy-ylös

Sa-mu-li = Punnerrus-punnerrus-punnerrus

Kun yksi on tavuttanut sanansa ja näyttänyt samalla liikesarjansa, muut tekevät sen perässä, ja sitten vuoro vaihtuu. Leikki loppuu, kun kaikki ovat saaneet näyttää oman liikkeensä.

32. Nimisähläys

Sopikaa etukäteen mihin muodostetaan jono. Aloittakaa leikki hokemalla omaa nimeänne yhdellä jalalla hyppien. Leikin tarkoituksena on muodostaa jono, jossa kaikki leikkijät ovat etunimensä tai sukunimensä mukaisessa aakkosjärjestyksessä. Leikin aikana saa vaihtaa jalkaa, mutta tasajalkaa ei saa hyppiä.

33. Pudotuspallo

Jakaantukaa kahteen joukkueeseen. Kumpikin joukkue jakaantuu vielä kahteen ryhmään ja asettuu pelialueen vastakkaisille puolille jonoon. Toinen joukkue asettuu omiin jonoihinsa pelialueen toisille sivuille niin, että joukkueista muodostuu ristikuvio. Kummallakin joukkueella ryhmien välinen matka on yhtä suuri. Jonon ensimmäinen heittää pallon oman joukkueensa jäsenelle, joka seisoo jonossa pelialueen toisella puolella. Heittäjä lähtee heti pallon perään ja asettuu toisen jonon viimeiseksi. Palloa heitellään edestakaisin oman joukkueen ryhmien välillä, ja samalla kukin leikkijä vuorollaan vaihtaa jonoa. Pallot siis lentävät ristiin pelialueen keskellä. Kun peli rupeaa sujumaan saa pelaaja juostessaan läpsäyttää vastapuolen pallon pois pelialueelta. Pallon heittänyt pelaaja hakee pallon takaisin ja heittää uudelleen. Pelissä on siis tarkan heiton, kopin ja juoksun lisäksi osattava arvioida milloin kannattaa heittää. Taitavimmat lentopalloilijat voivat kisailla joko sormi- tai hihalyönnillä.

34. Mattoviesti

Jakaantukaa kahteen tasaväkiseen, noin viiden hengen joukkueeseen. Asettakaa kaksi paksua korkeushyppymattoa joukkueiden eteen, salin toiseen pätyyn. Tarkoituksena on siirtää matto mahdollisimman nopeasti salin toiseen päähän kantamatta. Mattoa saa liikuttaa vain leikkijöiden omalla painolla. Parhaiten se onnistuu kun kukin vuorollaan ottaa juoksuvaudin ja heittäytyy maton päälle. Samalla matto työntyy eteenpäin. Juoksijan on kuitenkin nopeasti siirryttävä alta pois, että joukkueen seuraava heittäytyjä pääsee vauhtiin. Oman vuoronsa jälkeen leikkijät siirtyvät jononsa päähän odottamaan mahdollista seuraavaa vuoroa.

35. Hoko Hoko –metsästys

Jakaantukaa kahteen ryhmään, esimerkiksi leijoniin ja tiikereihin. Merkitkää joukkueen liiveillä tai puolenuhuilla. Istukaa saliin etäälle toisistanne. Kun leikin johtaja huutaa ”Leijonat karkuun!”, kaikki lähtevät juoksemaan vapaasti tilassa. Leijonat yrittävät päästä tiikereistä eroon, ja tiikerit yrittävät pysytellä leijonien lähellä. Kun leikin johtaja huutaa ”HOKO HOKO!”, kaikki pysähtyvät. Jokainen pysyy paikallaan ja tiikerit yrittävät koskettaa lähintä leijonaa. Jokainen tiikeri joka onnistuu koskettamaan leijonaa, saa käydä istumaan ja saa omalle joukkueelleen yhden pisteen. Leikki jatkuu, ja seuraavalla kierroksella johtaja huutaa ”Tiikerit karkuun!”. Pisteet lasketaan kun kierroksia on ollut tasapuolinen määrä.

36. Vierityspallo

Jakaantukaa kahteen joukkueeseen. Asettakaa maaleiksi voimistelupenkit. Pelivälineenä on pallo. Ideana on tehdä maali vierittämällä palloa joukkueen osallistujalta toiselle. Palloa ei voi heittää vaan sitä lyödään avokämmenellä. Pallollinen pelaaja ei voi liikkua pallon kanssa. Jos vastakkainen joukkue saa pallon, vierityksen suunta vaihtuu. Joukkue, jolla on eniten maaleja, on pelin voittaja. Pelin voi myös rakentaa patjoille, jolloin liikutaan kontallaan.

37. Kissan pallo

Osallistujat tekevät rivin. Yksi pelaajista valitaan kissaksi. Hänellä on pallo. Pelaajat seisovat rivissä, sovittu viivan takana, kädet selän takana. Kissan tehtävänä on laittaa pallo jonkun pelaajan käsiin. Pallon saanut pelaaja lähtee juoksemaan kohti salin toista päätä tai sovittua viivaa. Muut yrittävät saada hänet kiinni ennen ”turvaan” pääsyä. Pelaaja joka sai pallon kissalta, vaihtuu kissaksi. Leikkiä voidaan vaikeuttaa vaihtelemalla lähtöasentoja tai sulkemalla silmät.

38. RamppiSkeitti –viesti

Tälle leikkikerralle valmentaja tuo villasukat mukaan. Rakeeetaan liikuntasalin penkeistä kaksi samanlaista sik-sak ramppia. Tehdään kaksi joukkuetta. Villasukka on skeittilauta, ja jonon ensimmäinen laittaa sen valmiiksi jalkaansa. Pelin johtajan antamasta merkistä jonojen ensimmäiset lähtevät kuljettamaan skeittiä ramppia pitkin, pomppimalla toisella jalalla rampin vieressä. (siis villasukkaa liu’utetaan rampin päällä). Rampin päässä hänen täytyy vaihtaa nopeasti villasukka, eli skeitti toiseen jalkaan, ja palata takaisin samaa reittiä. ”Maaliviivan” ylitettyään hänen täytyy riisua skeitti, ja antaa se jonossa seuraavalle, joka kiertää saman reitin. Joukkue, joka on nopeimmin selvinyt skeittirampista, on voittaja.

39. Pussipallo

Jakaantukaa kahteen joukkueeseen. Jokaisella leikkijällä on pussi (esim. muovipussi). Pelivälineenä voi käyttää pehmopalloa, lentopalloa, tennispalloa tai vaikka sanomalehtisytyrää. Kummallakin joukkueella on maalina jokin laatikko (vaikka pahvilaatikko). Heittoviiva, jonka takaa saa heittää pallon, on 2 metrin etäisyydellä laatikosta. Pallollinen pelaaja ei saa kävellä eikä juosta. Pallo otetaan kiinni pussilla, ja heitetään mahdollisimman nopeasti seuraavan pelaajan pussiin. Maali tehdään heittämällä pallo merkityn viivan takaa pahvilaatikkoon. Jos pallo lentää ohi, saa sen ottaa kuka ehtii.

40. Golfaus

Jokainen pelaaja tarvitsee tähän leikkiin polvisuojat. Tehdään erikokoisia/ -arvoisia maaleja. Jokainen pelaaja saa vuorollaan kokeilla jokaista maalia. Pallo yritetään saada maaliin niin, että otetaan juoksuvauhti, josta laskeudutaan polviliukuun. Pallo täytyy heittää / vierittää ennen kuin vauhti polviliu'ussa loppuu, mutta ei ennen polviliukua. Jokainen laskee omat pisteensä.

41. Paistomittarihippa

Leikissä on yksi kiinniottaja. Muut leikkijät juoksevat karkuun. Kun hippa koskettaa, mennään keräksi lattialle (=kinkku). Kiinnijäänyt leikkijä voidaan pelastaa asettamalla käsi (=paistomittari) lattialla olevan kainaloon. Pelastamisen jälkeen pelastettu pääsee takaisin leikkiin.

42. Pyyhelentis

Jakaantukaa kahteen joukkueeseen verkon kummallekin puolelle. Joukkueen kesken jakaannutaan pareiksi. Kummassakin joukkueessa parilla on pyyhe pelivälineenä, josta he molemmat pitävät kaksin käsin kiinni. Pallo otetaan pyyhkeen sisään pussiin, eli palloa saa koskettaa ainoastaan pyyhkeellä, ei käsillä. Pallo yritetään saada verkon toiselle puolelle. Leikissä voidaan käyttää hyvinkin paljon lentopallon omaisia sääntöjä. Esim. joukkueella on käytössään kolme kosketusta, joiden aikana pallo on toimitettava toiselle puolelle. Leikki vaatii sinnikästä yhteistyötä → Liikkumista ja käsien hallintaa. Keksikää yhdessä omalle porukalle sopivat säännöt.

43. Monta maalia

Leikkijät jaetaan 3-5 joukkueeseen, niin että jokaisessa joukkueessa on vähintään 3 pelaajaa. Ihanne pelaajamäärä on 4/joukkue. Jokaiselle joukkueelle tehdään maalialue. Palloja otetaan yksi vähemmän kuin on maaleja. Joukkueiden on tarkoitus saada tehtyä maaleja muiden joukkueiden maaleihin ja suojella samalla omaa maalia. Palloa ei saa kuljettaa, vaan leikkiä pelataan koppipallon säännöin. Pallollinen pelaaja ei saa liikkua. Ainoastaan kääntyä tukijalan ympäri. Kun joku joukkue saa maalin, pallo jää maaliin ja joukkue, jonka maaliin pallo on tullut, saa ottaa sen ja jatkaa sillä peliä. Maaleja ei tarvitse laskea. Tärkeintä on liike, heitot, kopit ja yhteistyö oman joukkueen jäsenten välillä.

44. Häntäpallo –hippa pareittain

Toinen parista on hippa, ja toinen kiinniotettava. Hipalla on häntäpallo (pallon muotoon rytistetty sanomalehden sivu, joka on hedelmä- tai roskapussin sisällä). Pussiin tehdään solmu ihan pallon juureen, niin että se muistuttaa palloa jossa on häntä). Kiinniotettava pari juokseeseen hippaa karkuun. Hippa saa yrittää ottaa paria kiinni heittämällä tätä häntäpallolla. Kun pallo osuu kiinniotettavaan, tulee hänen tehdä tiikeri/kierähdys/ käydä mahallaan, ja sen jälkeen osat vaihtuvat.

45. Polttokuja

Valitaan aluksi 2-4 polttajaa, joilla on hallussaan pehmeitä palloja. Loput pelaajat menevät ison lentopallokentän takarajalle odottamaan valmentajan alkuvihellystä. Polttajat saavat asettua sivurajoille. Lentopallokenttä muodostaa siis kujan, jonka läpi leikkijoiden on selvittävä ilman että he tulevat poltetuksi. Valmentaja antaa merkin, jolloin polttajat saavat alkaa heittämään palloilla juoksijoita. Juoksijat ovat turvassa vasta kun ovat päässeet lentopallokentän toisen takarajan yli. Kaikki, keneen pallo on osunut vihellyksen jälkeen, tulevat polttajiksi. Leikkiä mennään niin monta kierrosta että kaikki ovat palaneet.