



Yhteiset Pallot

LÄPILYÖNTI MONIPUOLISEEN TOIMINTAAN

Yhteiset Pallot -liikuntavinkki

Penkiltälähteekaikkiliikkuusamaanaikaansekarataihmiskasa

Pelaajia: 4 pelaajaa/ryhmä, ryhmiä voi olla useita
Pelivälineet: 4 voimistelupenkkiä tms., lentopalloja, pesäpalloja, patjoja, aitoja/tuoleja
Pelin kesto: kierros, toistetaan useampia kertoja

Viesti toteutetaan esimerkiksi neljän hengen joukkueilla. Pelialueena on lentopallokenttä. Viestissä jokainen joukkue asettaa yhden pelaajan kuhunkin pelikentän kulmaan, jolloin samassa kulmassa on siis edustaja jokaisesta joukkueesta. Vihellyksestä kaikki pelaajat lähtevät penkiltä suorittamaan rataa. Kentän päätysuorilla tehdään tiikeri / syöksy ja pitkillä suorilla lentopallon sormilyönti seinään ja pesäpallon heitto seinään, kulmissa on ylitettävä penkit. Katso kuva.

Suoritettuaan kaikki neljä tehtävää jokainen pelaaja kiiruhtaa salin keskelle ja joukkueen tulee muodostaa salin keskiympyrään/keskiviivalle ihmiskasa, jossa lattiaan koskettaa koko ryhmästä yhteensä vain kaksi jalkaa. Kisan voittaa joukkue, joka on nopeimmin koonnut määrätyn ihmiskasan.

Tehtäviä viestiradalla voi vaihdella eri kierroksilla ja samoin loppukasan muoto voi olla jokin muu.

tehtävät:

- 1 - patja, johon tehdään tiikeri tai syöksy
- 2 - lentopallolla suoritetaan kolme sormilyöntiä seinään
- 3 - aita tai tuoli, jonka alta tehdään tiikeri tai syöksy
- 4 - pesäpalloa heitetään kolme kertaa seinään
- 5 - joukkue muodostaa ihmiskasan keskiviivalle

Välineet: patjoja, aitoja tai tuoleja, lentopalloja, pesäpalloja (kaikkia yhtä monta kuin on joukkueita) sekä penkki / step-lauta tms. joka kulmaan

