



Paikanvaihto

.....

Vaihtakaa paikkoja luokkatilassa.



Kivi-paperi-sakset

.....

Muodosta parin kanssa kivi, paperi ja sakset vartalolla ja toistakaa se 5 kertaa.



Taitokävely

.....

Laita kirja tai penaali pään päälle ja kävele luokassa 5 m etuperin ja 5 m takaperin.



Tasapainoilua

.....

Nouse 10 kertaa varpaille kädet samalla sivukautta ylös vieden.



Ilmepeili

.....

Ota itsellesi pari ja vuorotellen keksikää 5 erilaista ilmettä, joita toinen matkii. Vaihtakaa vuoroja.



Keinutaan

.....

Seiso, vie paino 10 kertaa vuorollaan varpaille ja kantapäille. Tasapainoita käsillä.

Flamingo-asento

.....

Nosta toinen jalka koukkuun niin, että jalkapohja lepää toisen jalan sääreeseen. Pysy asennossa 10:een laskien. Kokeile sama toisella jalalla.

1-2-3

.....

- Ota pari ja seisokaa vastakkain.
- A.** Sanokaa vuorotellen ääneen luvut 1, 2, 3.
- B.** Korvatkaa 2 taputuksella (1-taputus - 3 -1 - taputus -3)
- C.** Korvatkaa 3 kyykistyksellä (1- taputus - kyykistys - 1 - taputus - kyykistys)

Tipuaskellus

.....

Tee 10 tipuaskelta jalkaterät peräkkäin eteenpäin ja taaksepäin. Kokeile sama silmät kiinni.

Köydenveto

.....

Kuvittele eteesi 50 metriä raskasta köyttä, jota sinun pitää vetää eteesi. Joka vedolla saat vedettyä metrin. Vie kädet eteen ja aloita köydenveto omalla tyyllilläsi.

Silmäniskutemppu

.....

Ole parin kanssa vastakkain. Toinen (silmäniskijä) nostaa kädet suoriksi eteen ja toinen menee seisomaan käsien väliin. Silmäniskijä iskee sen puolen silmää, minne haluaa parin kätensä alta kyykistyvän. Pari palaa käden alta uudestaan keskelle ja odottaa uutta silmäniskua. Silmäniskijä vaihtuu puolen minuutin jälkeen.

Kukarit päähän

.....

Laita peukalo ja etusormi yhteen. Käännä kämmenet kasvojen kautta silmälaseiksi. Kiikaroi ketä muita näkyy. Vapauta kädet ja toista viisi kertaa.