



Nuorisoseurat

Kerho-ohjelma

2018-2019



Hei ohjaaja,

Tämän kerho-ohjelman tarkoituksena on auttaa ja tukea sinua ohjaajan tehtävässä, aina ei kaikkea tarvitse keksiä itse. Tämä opas pitää sisällään monenlaisia leikkejä, harjoitteita ja tekemistä jota saa vapaasti muokata omalle ryhmälleen sopivaksi niin kerhoon kuin leireille ja tapahtumiin. Voit ottaa joko yksittäisiä harjoitteita, koko tunnin suunnitelman tai yhdistellä eri tunneista juuri teidän ryhmälle sopivia juttuja. Ryhmäläisten kanssa kannattaa myös äänestää näistä tunneista, mikä olisi hauska toteuttaa. Jos ryhmä on uusi, kannattaa syksyn alkupuolella laatia yhteiset ryhmän toimintaperiaatteet. Myös jatkavien ryhmien kanssa on hyvä kerrata, millainen on kiva kerho tai kiva harrastus ja mitä silta odottaa.

Hyvä harrastustunti pitää sisällään aina tutut alku- ja loppurutiinit. Näin kerholainen tietää milloin tunti alkaa ja milloin se päättyy. Alun jälkeen on hyvä olla jotain energianpurkua, jotain uutta, jotain vanhaa ja jotain, mitä kerholaiset saavat päättää itse.

Iloa syksyn 2018 ja kevään 2019 ohjauksiin koko nuorisoseurojen harrastustoiminnan tukiverkoston puolesta. Muut kerho-oppaat ja ohjaajan tukimateriaalit löydät helposti osoitteesta nuorisoseurat.fi/ohjaajalle

Koostanut: Pirita Laiho

Kerhoideat: Stadin Nuorisoseurojen 2018 Luova lava leirien ohjaajat sekä Pirita Laiho

Taitto: Sini-Kadrin Muru-Litaiiff Padilha

Kaupallinen käyttö kielletty

Suomen Nuorisoseurat 2018

1. Kiva kun oot täällä	4
2. Minä olen	5
3. Meidän kerho	6
4. Muovailujen maailmaa	7
5. Elokuissa	8
6. Tarinateatteri	9
7. Värikkäät huivit	10
8. Tanssi-ilottelua	12
9. Hassut kisat	14
10. Metsäleikit	16
11. Erilaiset ammatit	17
12. Iloiset ilmapallot	18
13. Eläinten riemua	19

1. Kiva kun oot täällä

Tavoitteet: Toisiin tutustuminen ja nimien oppiminen

Tarvikkeet: musiikin toistoväline ja musiikkia

Nimi ja eläin

Istutaan piirissä. Jokainen leikkijä sanoo vuorollaan oman nimen ja eläimen, esim minä olen Pirita Papukaija. Muut vastaavat Hei Pirita Papukaija. Näin jatketaan kunnes kaikkien nimet on sanottu. Käydään yhdessä läpi kierros, muistetaanko toisten nimet. Voidaan vaihtaa paikkaa ja jälleen muistella kaikkien nimet.

Huomioitavaa: Ohjaaja voi päättää, pitääkö eläimen alkaa samalla kirjaimella kuin oma nimi vai voiko olla mikä eläin vain. Eläimen sijaan voi olla myös kasvi, kodinkone, kulkuneuvo jne.

Kerro kerro ystävä oi

Opetellaan loru

Kerro kerro ystävä oi, mikä on sun nimesi, ja kuinka se soi

Istutaan lattialla. Lorun mukaan otetaan taputus, jossa vuorollaan lyödään kädet reisiin ja vuorollaan yhteen. Lorun lopuksi lapset vuorollaan kertoo oman nimen ja siihen sopivan rytmin jonka muut toistavat. Sen jälkeen luetaan taas loru, ja on seuraavan lapsen vuoro sanoa oma nimi ja keksiä omaan nimeen sopiva rytmi.

Kirjaintanssi

Kävellään vapaasti tilassa musiikin soidessa. Ohjaaja voi kertoa ohjeet ennen musiikin päälle laittamista tai sen jälkeen. Esim.

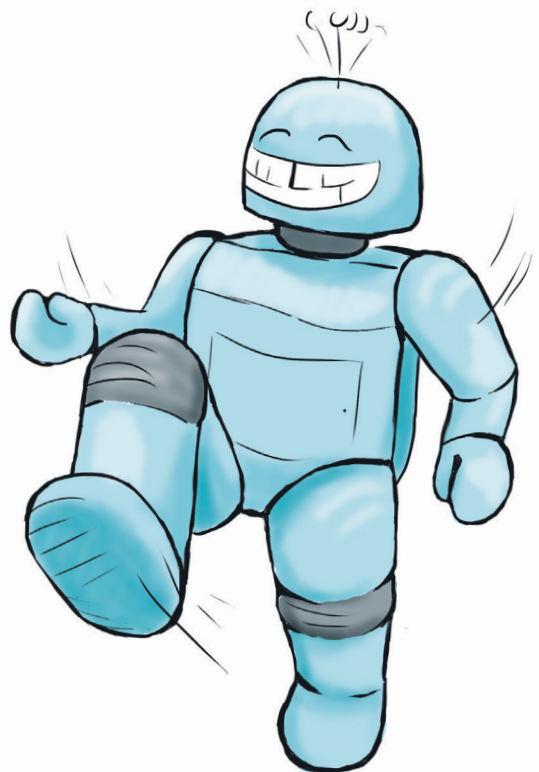
- Kun musiikki pysähtyy, muodosta etunimesi/sukunimesi ensimmäinen kirjain.
- Kun musiikki pysähtyy, ota pari, jonka nimessä on sama kirjan ja muodostakaa se.
- Kun musiikki pysähtyy, ota pari ja muodostakaa kirjain, muut arvaavat mikä kirjain
- Kun musiikki pysähtyy, tehkää neljän hengen ryhmä ja muodostakaa M-kirjain

Robottileikki

Valitaan leikkijöistä 4-5 pelastajaa (noin 1/3 osa ryhmän koosta), muiden ollessa robotteja. Robotit saavat liikkua vain suoraan eteenpäin ja pelastajien tarkoitus on estää robottia joutumasta seinään.

Turkulainen nimileikki

Kuljetaan vapaasti tilassa ja kätellään toisia. Sanotaan kättelyn yhteydessä oma nimi. Tällöin nimi vaihtuu, eli uusi oma nimi on äsken kätellyn henkilön nimi. Jatketaan niin kauan, kun oma nimi tulee vastaan. Tällöin pääsee leikistä pois. Kokeillaan, pääseekö kaikki leikistä pois, vai jääkö sinne elämään haamunimiä.



2. Minä olen

Tavoitteet: itsetunnon kehittyminen, omien tunteiden ja ajatusten sanoittaminen, omien vahvuuksien huomaaminen, itsetuntemuksen lisääminen

Tarvikkeet: paperia, kartonkia, kyniä, koristeluun erilaisia tarvikkeita, rei-itin, puuvillalankaa, vahvuuslaput

Minä olen

Tavoite: leikin avulla tavoitteena on tutustuttaa lapset erilaisiin ominaisuuksiin ja vahvuuksiin joita meillä kaikilla on.

Seistään kaikki samalla seinustalla huoneessa. Ohjaaja sanoo, ne, jotka ovat omasta mielestään huolellisia, voivat mennä toiselle seinustalle. Edelleen jatketaan, ne jotka ovat musikaalisia, voivat siirtyä hyppyaskelilla tilan keskelle. Ne, jotka ovat liikunnallisia, siirtyvät tuohon nurkkaan jne. Käydään läpi siis erilaisia vahvuuksia ja ominaisuuksia. Muutaman vahvuuden jälkeen kerholaiset voivat itse keksiä sekä liikkumistapoja että vahvuuksia.

Vahvuuksia voi olla esim: innokas, ahkera, auttavainen, kekseliäs, hyvä mielikuvitus, kilpailuhenkinen, nopea, hidas, huolellinen, kätevä, oppivainen, tunnollinen, peloton, puhelias, hiljainen, mietiskelevä, vahva, taiteellinen, reipas, tarkka, taiteellinen, rento, rohkea, ystävällinen, kaikkien kaveri, tehokas, seikkailunhaluinen, musikaalinen, liikunnallinen, kannustava, luotettava, reilu, varovainen, leikkimielinen,

Vahvuuspokeri

Ohjaajalla on valmiina kasa vahvuuslappuja 3-6kpl per kerholainen. Laput jaetaan kerholaisille. Kerholaiset kiertelevät tilassa ja vaihtavat lappuja etsien parhaiten itseään kuvaavia lappuja. Huom! Kaikki vahvuudet ovat yhtä arvokkaita! Lopuksi käydään kaikkien vahvuuksia läpi.

Oma vihko / huoneentaulu

Askartelu: jokainen askarteleo itselleen oman vihkon tai taulun. Vihkon kanneksi voidaan laittaa pahvia, joka koristellaan. Paperit rei-itetään keskeltä ja siihen tehdään puuvillalangasta nyöri. Taulun voi tehdä suoraan pahville.

Ohjaaja voi auttaa lapsia keksimään, mitä sivuille kirjoitetaan tai piirretään esim

- päivän hyvä hetki, päivän onnistuminen, tässä olin tänään hyvä, lempileikki

Kerhovihkoa voi täyttää joka kerta esim 5 min lopusta tai antaa se kotiin vietäväksi ja täytettäväksi. Jos vihko täytetään kerhossa, siinä ohjaaja saa vaivihkaa kerättyä palautetta, mikä oli mukavaa jne. Yhdelle kerhosivulle voidaan liimata aiemmin saadut vahvuuslaput.

Jos vihkoa täytetään ahkerasti kerhopsynt/kevään aikana, voidaan kerhon lopuksi vielä antaa toisille palautetta, eli vihkot kiertämään ja jokainen kirjoittaa/piirtää jokaiselle jotain.

Toffee

Leikkijät menevät maahan mahalleen makaamaan ja ottavat toisiaan kiinni kädestä. Ohjaaja alkaa vetämään jaloista leikkijöitä erilleen. Ohjaaja vetää eri kohdista, tarkoituksena saada lapset irti toisistaan. Kun ohjaaja saa jonkun irti, rupeaa hänkin vetämään toisia irti. Lopulta kaikki on irrotettu toisistaan.

3. Meidän kerho

Tavoitteet: toisiin tutustuminen, yhteisten toimintaperiaatteiden tekeminen (säännöt)

Tarvikkeet: paperia, pahvia, värikyniä, tarroja, glitteriliimaa yms peilipotretin koristeluun. yhteisiin Sääntöihin lehtiä, joissa kuvia, kyniä, paperia ja liimaa.

Magneetti – maajyrä – laava (Tulva, tulipalo, myrsky)

Magneetti (myrsky)– joku piste, johon pitää mennä, voi olla myös metallia, ulkona esim roskis, katu-lamppu tms tai sisällä yksi piste, johon tulla ns. keskiympyrä

Laava (tulva) – ei saa osua lattiaan, eli on kiivettävä jonkin päälle

maajyrä (tulipalo)- on mentävä mahdollisimman alas mahdollisimman nopeasti

Leikkijät liikkuvat vapaasti tilassa. Ohjaaja huutaa vuorotellen asioita, ja leikkijöiden tulee toimia oh-jeen mukaan. Voidaan leikkiä vapaasti tai sitten voidaan kilpailun omaisesti pudottaa viimeinen pois.

Peilipotretti

Istutaan riveissä kaksi riviä vastakkain, niin että jokaisella on pari. Toiselle riville annetaan paperia ja kyniä. Tarkoituksena on piirtää vastakkainen henkilö. Hetken päästä piirtäjä vaihtuu, eli piirtäjät siirtyvät yhden henkilön eteenpäin ja piirtäminen jatkuu. Näin jatketaan rivi loppuun. Vaihdetaan osia. Kun jokaisella on oma muotokuva, leikataan siihen pahvista kehykset ja ne koristellaan. Jätetään työt kuivumaan jonka jälkeen ne voi nostaa kerhon seinälle näytille. (Huom! kehykset ja koristelun voi jättää pois)

Kiva kerho / Yhteiset säännöt

Jutellaan ensin, millainen olisi mukava kerho. Mistä tietää, että kerhossa on kivaa ja mitkä asiat siihen vaikuttavat.

Jokainen miettii yhden säännön/toimintatavan, jota toivoo että kerhossa noudatettaisiin. Jokainen etsii lehdestä jonkin kuvan / tekstin/itse piirtää, joka kuvaa omaa näkemystä mukavasta kerhosta. Kun esit-tely on valmis, kerrotaan se toisille. Näin muodostetaan kerhon yhteiset säännöt ja toimintaperiaatteet. Nämä voi laittaa seinälle näkyviin kuvina ja teksteinä esim edellä tehtyjen potrettien yhteyteen.

Fantiki Fantiki

Leikin päämäärä: Arvaajan on saatava selville kuka on liikkeiden johtaja

Istutaan piirissä. Yksi leikkijä menee ulos tilasta. Valitaan liikkeen johtaja. Johtaja aloittaa aina liikkeit ja muut seuraavat perässä. Samaan aikaa lausutaan lorua fantiki fantiki limbobo limbobo, fantiki...

Ulos mennyt leikkijä kutsutaan piirin keskelle, ja hänen tehtävään on arvata, kuka on liikkeen johtaja.

Liikkeitä tulee vaihtaa suht nopeasti. kun arvaaja keksii, kuka oli johtaja, vaihdetaan arvaajaa.

Hyviä liikkeitä on mm käsien taputus, peukalon pyörittely, kielen naksutus, pään pyörittele jne.

Leikkiä voidaan leikkiä sekä istuen että seisten.

Solmu

Leikkijät asettuvat tiiviiseen rykelmään seisomaan. Laitetaan silmät kiinni ja tartutaan vapaana ole-vaan käteen. Kun kaikki ovat löytäneet vapaan käden ja tarttuneet siihen, ryhdytään ryhmänä selvit-tämään syntynyttä solmua. Tavoitteena on päätyä piiriin. Voidaan myös tehdä niin, että yksi menee solmun teon ajaksi pois, ja hänen tehtävään on selvittää solmu auki.



4. Muovailujen maailmaa

Tavoitteet: mielikuvituksen vahvistaminen, kädentaidot

Tarvikkeet: muovailuvaha/savea, tikkuja, kartonkia, höyheniä, kaikenlaista kierrätysmateriaalia mm nappeja, helmiä jne. Voidaan tehdä myös luonnossa ja luonnonmateriaaleilla, musiikkia ja musiikintoistoväline.

Tonttulassa, Peikkolassa, Uimassa, Majakka

Lapset liikkuvat vapaasti tilassa yhdessä sovitulla tavalla. Ohjaaja huutaa vuoron perään missä ollaan, ja leikkijät yrittävät päästä mahdollisimman nopeasti kyseiseen asentoon. Asennot voidaan keksiä lasten kanssa yhdessä tai käyttää alla olevia.

Tonttulassa: istutaan lattialla risti-istunnassa toinen käsi poskella

Peikkolassa: ollaan kyykyssä lattialla

Uimassa: Maataan mahallaan lattialla

Majakka: seistään tikkusuorana käsi ojennettuna kohti kattoa.

Mielikuvitushahmot muovailleen

Vaiheet:

1. Oman hahmon muovaileminen muovailuvahasta / luonnonmateriaaleista/savesta

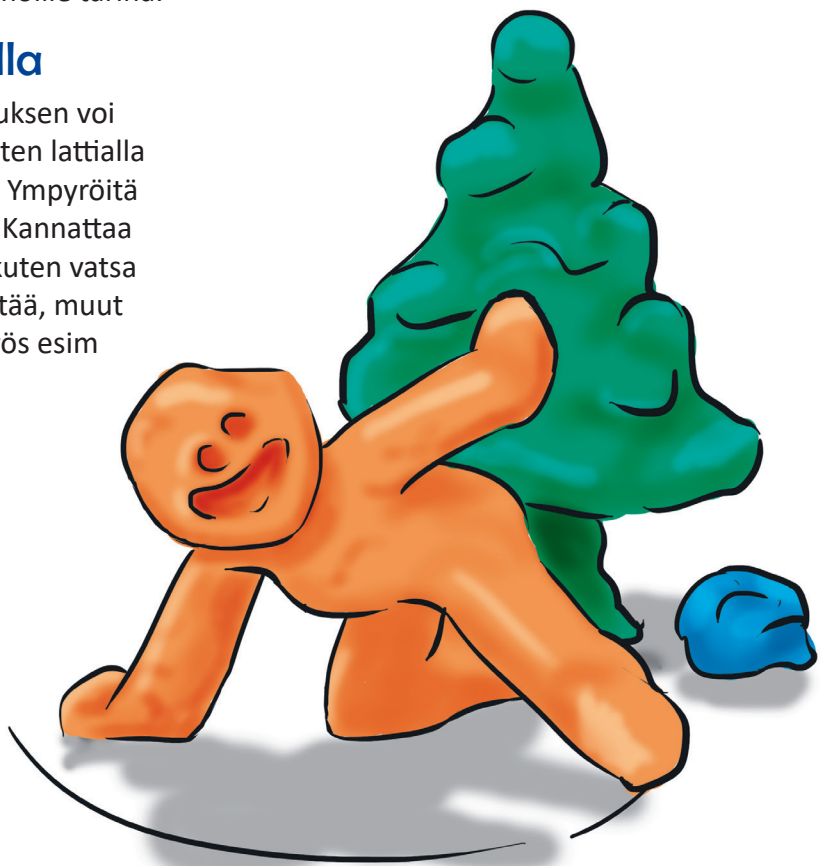
2. Ympäristön luominen hahmolle (materiaalina 3:een osaan taitettu kartonki ja kaikenlaista kierrätysmateriaalia)

3. Oman hahmon esittely muille

Voidaan sopia yhdessä tai pienissä ryhmissä, mistä teemasta tehdään mielikuvitusmaailma, johon kaikki tekevät hahmon. Voidaan keksiä hahmoille nimet ja tarinat, sekä ympäristö. Lopuksi esitellään omat hahmot ja tarinat muille. Voidaan myös tehdä niin, että hahmon muotoilemisen jälkeen vaihdetaan ryhmiä ja keksitään toisten hahmoille tarina.

Ympyröitä eri kehon osilla

Laitetaan musiikkia soimaan. Harjoituksen voi tehdä joko seisten ja liikkuen tai maaten lattialla. Piirretään ympyröitä eri kehon osilla. Ympyröitä voi piirtää eri tasoissa ja eri kokoisia. Kannattaa käydä myös vaikeita kehon osia läpi kuten vatsa tai selkä. Lisäksi, jos vaikka sormi piirtää, muut osat eivät liiku. Voit vaihtaa kuvio myös esim kolmioiksi tai neliöksi, entäpä tähti!



5. Elokuviassa

Tavoitteet: mielikuvituksen ja erilaisten liikemateriaalien tuotto, heittäytyminen, improvisaatio, näytteleminen

Alkuleikki

Osallistujat levittäytyvät tilaan. Ohjaaja alkaa antaa ohjeita ”liiku ” terävästi, pyöreästi, sinisesti, pienesti, isosti, kulmikkaasti, tähtenä, kiireesti, tasaisesti, myhäillen, jne Seuraavaksi ” olet hiekalla, joka muuttuu upottavaksi mudaksi... joka muuttuu jäätiköksi..... joka muuttuu valtamereksi....., tulisiksi hiiliksi jne Matkan varrella voi nähdä myös asioita, kuten eläimiä, sukulaisia, vihamiehiä, opettajan, kaverin, julkkiksen, urheilijan jne

Esim. kävelet tulisilla hiilillä ja tapaat parhaan kaverisi joka on menossa eri suuntaan!

Traileri-leikki

Tarvitaan myyjä, ostaja ja näyttelijät (kaikki muut paitsi myyjä ja ostaja)

Ennen leikin alkua voidaan sopia, puhutaanko vain genreistä (tyylilajeista) vai voiko valita jotain yksittäisiä elokuvia. Tällöin täytyy varmistaa, että kaikki tietävät suurin piirtein mitä elokuvassa tapahtuu.

Kannattaa käydä myös elokuvagenrejä eli tyylilajeja läpi ennen leikin alkua.

Leikin kulku: Ostaja menee elokuvavuokraamoon ja pyytää esim seikkailuelokuvaa. Myyjä ehdottaa merirosvoelokuvaa jolloin näyttelijät menevät esittämään pätkän improten pätkän elokuvasta. Ostaja voi hyväksyä ehdotuksen ja vuokrata tämä elokuvan tai pyytää seuraavaa elokuvaa, jonka myyjä vahvistaa. Jälleen tulee pieni näyte elokuvasta näyttelijöiden toimesta. Kun sopivaokuva on ostajalle löytynyt, vaihdetaan rooleja.

Rosvo ja poliisi

Liikutaan pareittain peräkkäin toisen ollessa poliisi edellä ja toinen rosvona perässä. Poliisi määrää liikkeit joita rosvo seuraa, mutta jos poliisi katsoo taakseen, on rosvon yritettävä olla paikoillaan liikumatta. Jos rosvo liikkuu, vaihtuvat osat.

Elokvien äänimaailma

Istutaan piirin kehällä silmät kiinni (voidaan myös maata lattialla). Tarkoitus on tehdä yhteistä äänimaailmaa. Ohjaaja sanoo, että nyt ollaan elokuvissa ja nyt alkaa seikkailuelokuva. Jokainen alkaa pitämään ääntä, joka omasta mielestä muistuttaa seikkailuelokuvaa. Merkistä vaihdetaan elokuvaa esim lastenokuva, prinsessa-elokuva, merirosvoelokuva, jouluelokuva, yöelokuva jne.



6. Tarinateatteri

Tavoitteet: mielikuvitus, toisen kuunteleminen, tarinan jäsentäminen kolmeen kohtaan, ryhmätyö

Tarvikkeet: soittimia tai jotain mistä lähtee ääntä esim keittiövälineet, luonnonmateriaalit jne.

Still-kuvat

Ohjaaja sanoo aiheita, joista kerholaiset tekevät still-kuvan eli patsaan. Voi olla esim urheilija. Jokainen tekee urheilija-patsaan. Katsotaan yhdessä miltä kukin näyttää. Tehdään vielä pari patsasta, voi olla esim auto, puu, lintu jne.

Toisessa vaiheessa tehdään edelleen patsaita, ja ohjaajan merkistä patsaat alkavat elää. Ne voivat liikkua ja tuottaa ääntä.

Yhdyssana pantomiimileikki

Valitaan ryhmästä kaksi henkilöä, jotka päättävät keskenään, mitä yhdyssanaa esittävät. Esim käkikello, toinen parista on käki ja toinen kello. Molemmat esittävät yhtä aikaa omaa rooliaan. Muu ryhmä yrittää arvata, mitä yhdyssanaa pari näyttelee.

Pienten leikkijöiden kanssa ohjaajalla voi olla valmiina yhdyssanalista, josta valitsee näyteltävät sanat.

Tarinat

Keksitään joku aihe, josta voidaan kertoa tarinoita, esim uni, viime kesä, synttärit jne. Voi olla sama aihe, tai joka kerralle voidaan keksiä uusi aihe. Yksi lapsista kertoo tarinaa. muut kuuntelevat. Ohjaaja, joka toimii haastattelijana, voi esittää tarkentavia kysymyksiä. Sen jälkeen muodostetaan tarinasta still-kuva. Ja kuva voi lähteä myös elämään ohjaajan merkistä.

Ohjaaja tiivistää tarinan kolmeen kohtaan. Alku, keskikohta ja loppu. Tarinan kertoja valitsee ryhmästä omaan tarinaansa esittäjät sen mukaan kuka haluaa tulla mukaan. Loput toimivat katsojina, muusikkoina jne. Tarinan kertoja toimii katsojana. Kun esitys on näytelty, hän voi kertoa, menikö tarina niin kuin esitettiin vai menikö joku kohta erilailla.

Tämän jälkeen vaihdetaan tarinan kertojaa.



Silta – kivi harjoitus

Keskustellaan ensin ryhmässä, millaisia siltoja on olemassa. Jokainen voi paikallaan kokeilla tehdä omasta kehosta sillan. Tämän jälkeen tehdään kiville sama.

Mennään piirin kehälle väljästi. Ohjeena on, että te silta tai kivi, jossa pystyt pysymään. Sovitaan piiristä myös henkilö joka aloittaa. Ohjaajan merkistä kaikki tekevät joko sillan tai kiven. Aloittaja lähtee kulkemaan piiriä ylittäen kiviä ja alittaen siltoja. Kun aloittaja on mennyt muutaman sillan/kiven eteenpäin, seuraava piirissä olija voi lähteä liikkeelle.



7. Värikkäät huivit

Tavoitteet: liikkuminen, eri kehon osien tuntemus, keskittyminen

Tarvikkeet: huivi jokaiselle kerholaiselle. Paras huivimateriaali on paksu sifonki, joka jää hetkeksi ilmaan leijumaan

Huivitanssi

Jaetaan jokaiselle osallistujalle oma huivi. Laitetaan musiikkia soimaan ja liikutaan huivien kanssa.

Peilitanssi

Ollaan pareittain vastakkain huivit kädessä. Ensin toinen johtaa tanssia ja toinen matkii. Vaihdetaan osia. Kannattaa kokeilla huiveilla sekä niin, että molemmilla on huivi esim oikeassa kädessä tai niin, että on pelikuvana, eli toisella oikeassa kädessä ja toisella vasemmassa kädessä.

Huiviharjoitteita (osaan kannattaa käyttää musiikkia ja musiikkejä voi vaihdella)

- heilutellaan huivia alhaalla, keskitasolla ja ylhäällä musiikin tahtiin
- heitetään huivi ilmaan ja yritetään ottaa sitä kiinni eri kehon osilla kuten päällä, selällä, olkapäällä jne.
- heitetään huivi ilmaan, ja kokeillaan montako kertaa sen ali kerkeää mennä
- laitetaan huivi maahan ja tehdään sen ympärille oma askelkuvio



- juostaan diagonaalissa (kulmasta kulmaan) kädet suorina edessä huivin kulmista kiinni pitäen, yritetään saada huivista tarjotin
- juostaan diagonaalissa huivi takana käsissä – batman
- juostaan huovin kanssa etuperin ja päästetään irti, koitetaan jääkö se vatsaan kiinni
- juostaan huivin kanssa takaperin ja kokeillaan saadaanko huivista tarjotin
- juostaan etuperin ja kokeillaan jääkö huivi kasvoihin
- juostaan etuperin ja päästetään huivi kasvoihin, irvistetään ohjaajalle rumasti
- lapset voivat myös itse keksiä erilaisia temppuja huiveilla (voidaan tehdä myös pienet esitykset)

Ilmepiiri

Kaikki laittavat huivin kasvojen eteen. Ohjaaja sanoo, että kun esirippu aukeaa, eli huivi otetaan pois, kaikki ovat vihaisen näköisiä. Kun on tarkasteltu minkä näköisiä vihaisia ihmisiä piirissä on, laitetaan esirippu kiinni ja valitaan uusi ilme esim. hämmästynyt, pelästynyt, iloinen, ihmeissään, yllättynyt jne.

Häntähippa

Jokainen laittaa huivin omaksi hännäksi. Yritetään ottaa toiselta häntää ja samaan aikaan yritetään varoa, ettei omaa häntää viedä. Jos oma häntä viedään, putoaa pois pelistä. lopulta katsotaan, kenellä on eniten huiveja kädessä.

8. Tanssi-ilottelua

Tavoitteet: kehon osien tuntemus, notkeus, liikkuminen eri tavoin, musiikin muotojen hahmottaminen

Montako osaa maassa

Leikkijät kulkevat vapaasti tilassa musiikin soidessa. Voidaan yhdessä määritellä miten kuljetaan esim. kävellen, hyppien, hevosen lailla, lintuna, autona jne. Kun musiikki pysähtyy, ohjaaja huutaa montako osaa saa olla yhtä aikaa maassa, esim. seitsemän. Kun leikkijät ovat päässeet asentoihin, ohjaaja käy katsomassa kunkin asennot ja lattiassa olevat osat.

Tanssijalka

Valitaan yhdessä kehonosa, joka vie liikettä. Esim. jalka. Laitetaan musiikkia soimaan ja jalka vie tanssia. Vaihdetaan kehon osaa esim. käsi, vatsa, nenä, takaraivo, selkä, peppu jne.

Elementtitanssi

Musiikin soidessa saa tanssia vapaasti. Ohjaaja sanoo, minkä elementin tavoin liikutaan esim. tuli, vesi, tuuli, sähkö, maa, jää, hidas, terävä, pyöreä, pehmeä, kulmikas jne. Voidaan myös valita taso, eli matala, keskitaso, korkea. Ohjaaja voi sanoa että tanssi mahdollisimman matalana pyöreästi tai tanssi mahdollisimman isona jäänä jne.

Tanssirinki

Seistään piirissä ja tanssitaan. Jokainen käy vuorollaan keskellä näyttämässä liikkeen jonka muut toistavat.

Musiikin kuunteluharjoitus

Musiikki: tasajakoinen musiikki – 8-leikki

Harjoituksen tarkoituksena on, että lapset oppivat erottamaan musiikin osat toisistaan ja osaavat kulkea tahdissa. Harjoituksen voi tehdä niin, että ensin kävellään 8 sitten taputetaan 8, kävellään 8 ja hypitään paikallaan 8, taas kävellään 8 ja tömistellään 8, kävellään 8 ja ollaan patsaina 8. Ohjaaja voi yhdessä lasten kanssa keksiä liikkeitä.

Liikeleikki

Otetaan pari ja seistään vastakkain. Toinen laskee kahdeksaan ja toinen tekee kahdeksan asentoa. Vaihdetaan osia. Otetaan uudet parit ja uudet asennot. Jos lapset innostuvat, tästä voi alkaa tehdä myös yhteistä tanssia yhdistelemällä liikkeitä. Parin vaihdon väliin voi laittaa esim. musiikkia ja musiikin pysähtyttyä otetaan uusi pari ja tehdään asennot.

Kirjaintanssi

Kävellään vapaasti tilassa musiikin soidessa. Ohjaaja voi kertoa ohjeet ennen musiikin päälle laittamista tai sen jälkeen. Esim. kun musiikki pysähtyy, muodosta etunimesi ensimmäinen kirjain.

Luottamuslautta

Laitetaan yhtä monta lauttaa eli tuolia/paperia/sanomalehteä kuin on leikkijöitä yhteen. Kaikki leikkijät menevät seisomaan omalle lautalleen. Ohjaaja rupeaa ottamaan lauttoja pois yksitellen. Tarkoituksena on, että kaikki leikkijät mahtuvat samoille lautoille. Jos joku leikkijöistä putoaa pois lautalta, harjoitus loppuu siihen.





9. Hassut kisat

Tavoitteet: Rentoutuminen, ryhmähengen nostatus

Tarvikkeet: Höyheniä, tulitikkuja tms, herneitä, ämpäreitä, keppi/harjanvarsi, sukka-housuja/vanteita, tennispalloja, lusikoita ja noppia

Alkuvalmistelut: Jaetaan ryhmä joukkueisiin. Joukkueita voidaan vaihtaa joka lajin jälkeen tai voidaan pitää samat joukkueet koko kisan ajan.

Höyhenen puhallus

Höyhenen pitäminen ilmassa puhaltamalla. Voi olla myös viesti eli höyhen ei missään vaiheessa putoa kisan aikana maahan.

Tulitikunheitto

Jokainen heittää vuorollaan tulitikkua. Katsotaan, mikä joukkue on saanut tikun lentämään pisimmälle.

Herneiden sylkeminen ämpäriin

Annetaan jokaiselle kilpailijalle 5 hernettä. Jokaisella joukkueella on myös ämpäri. Jokainen sylkee vuorollaan 5 hernettä kohti ämpäriä. Se joukkue on voittanut, joka on saanut eniten herneitä ämpäriin.

Takaperin pituushyppy

Jokainen hyppää vuorollaan takaperin pituutta vauhdittomasti. Jatketaan aina siitä kohdasta, mihin edellinen on hypännyt. Katsotaan, mikä ryhmä on päässyt pisimmälle.

Limbo

Tarvitaan keppi ja kaksi pitäjää. Katsotaan kuka pääsee matalimmalta kepin ali vatsa ylöspäin, eli selkää taivuttamalla.



Sukkahoususta läpi pujotus

Tarvitaan sukkahousuista tehty rengas. Myös hula-vanne käy. Kokeillaan, mikä joukkue on pujottautunut sukkahousujen/renkaan läpi nopeiten.

Tarkkuusheitto

Laitetaan ämpäreitä eri kohtiin maata. Voidaan pisteyttää esim niin, että kauimmaisesta saa eniten pisteitä. Annetaan jokaiselle tennispalloja/hernepusseja tms, joita koitetaan saada ämpäreihin. Jos ollaan ulkona, voidaan maahan piirtää kohdat ja heitettävinä esineinä käy kivet/kävyt.

Tennispallon heitto ja kiinniotto ämpärillä

Tarvitaan heittäjä, jolla on esim 5 tennispalloa ja kiinniottaja, jolla on ämpäri. Heittäjä yrittää heittää tennispalloja ämpäriin niin, etteivät ne pomppaa sieltä pois. Jos on verkko käytössä, voidaan kokeilla heittoa verkon tai jonkin narun yli.

Lusikat ja noppa

Jokaiselle leikkijälle annetaan lusikka ja ryhmällä on yksi noppa. Noppaa pitää kuljettaa tietty matka lusikasta toiseen siirtämällä. Jos noppa putoaa maahan, aloitetaan alusta.

10. Metsäleikit

Tavoite: ulkona oleminen, liikkuminen, luontoon tutustuminen,

Tarvikkeet: alue, jossa on tarpeeksi puita, käpyjä ja tikkuja

Viimeinen pari uunista ulos

Tasainen alue sopii leikkipaikaksi. Sivurajat on hyvä sopia, jos leikitään ulkona. Leikkijät muodostavat parijonon. Pariton leikkijä seisoo parijonon edessä selin leikkijöihin ja huutaa ”viimeinen pari uunista ulos”, jolloin viimeisenä oleva pari lähtee juoksemaan eteenpäin omia puoliaan yrittäen tavoittaa parinsa ennen kuin jompikumpi jää kiinni. Jos toinen parista jää kiinni, hänestä tulee kiinniottajan pari ja parittomaksi jääneestä tulee kiinniottaja. Huutaja vaihtuu vasta, kun hän saa jonkun kiinni.

Rotat ja revot

Jaetaan leikkijät kahteen joukkueeseen, joista toinen on ”rotat” ja toinen ”revot”. Maassa on kolme viivaa, joista keskimmaisesta tulee olla yhtä pitkä matka kumpaankin suuntaan (noin kymmenen metriä). Rotat ja revot asettuvat keskiviivan kummallekin puolelle selät vastatusten niin, että joukkueiden jäsenten etäisyys keskiviivasta on askel. Ennalta valitun henkilön huutaessa ”revot”, juoksevat revot karkuun ja rotat ottavat kiinni. Tavoitteena on ehtiä oman viivan yli ilman, että rotat saavat kiinni. Roolit vaihtuvat, kun huudetaan ”rotat”. Kiinnijääneistä tulee toisen joukkueen jäseniä. Leikki jatkuu, kunnes toisessa joukkueessa ei ole juoksijoita.

Puut ja orava

Yksi valitaan oravaksi ja muut valitsevat itselleen oman puun. Turvassa ollaan, kun leikkijän käsi koskettaa puuta. Kätensä irrotettuaan, leikkijän täytyy juosta toiselle puulle, oravan yrittäessä päästä kiinni puuhun ensin. Jos orava pääsee puuhun kiinni, uudeksi oravaksi tulee se, jolla ei ole puuta. Puu on turva 15 sekunnin ajan, jonka jälkeen sitä koskevan leikkijän on vaihdettava puuta. Kun orava huutaa, haukka, on kaikkien vaihdettava puuta. Orava saa omalla vuorollaan vain kerran huutaa haukka.

Käpylehmä kisa

Jaetaan ryhmä pienempiin joukkueisiin. Joukkueen tavoitteena on tehdä 4 jalkaisia käpylehmiä niin paljon kuin esim 3 minuuttiin kerkii. Pisin jono voittaa.

Tuo minulle

Ohjaaja keksii luonnosta löytyviä asioita ja sanoo esimerkiksi ”Tuo minulle kolme käpyä”. Ryhmäläisten tehtävänä on hakea pyydetyt asiat ja tuoda ne ohjaajalle. Pyytäjää vaihdetaan, eli jokainen ryhmän jäsenistä voi vuorollaan keksiä, mitä pitää tuoda.

Ninja

Leikin tavoite: Saada pudotettua muut leikkijät pois pelistä käsiin koskemalla (ranteesta sormiinpäin) Seistään piirin kehällä, niin että kaikilla on kädet kyynärpäistä taitettuna ja kämmenet on ylöspäin. Jokainen vuorollaan saa tehdä yhden liikkeen, jolla yrittää osua omalla kädellään naapurin käteen. Jos osuu, naapurin käsi putoaa pois pelistä, peli jatkuu. Liikkeen tehneen on jäätävä patsaaksi siihen asentoon, mihin hän päätyi oman liikkeensä jälkeen. Jos hän liikkuu, hän putoaa pois pelistä. Se, kenen kättä tavoitellaan, saa tehdä väistöliikkeen. Peli jatkuu niin, että se, jonka kättä tavoiteltiin, saa yrittää nyt vuorostaan seuraavan pelaajan kättä jne. Peli kulkee siis pelaajalta toiselle järjestyksessä. Peli loppuu siihen, kun on enää yksi pelaaja jäljellä, eli muiden molemmat kädet ovat saaneet osuman.



11. Erilaiset ammatit

Tavoitteet: mielikuvituksen kehittyminen, erilaisten liikkeiden kehittäminen, esittäminen, heittäytyminen

Kiire/väsymystanssi

Ohjaajalla on kaksi soitinta tai kaksi erilaista ääntä. Valitaan esim. että kuullessaan rummun äänen, on valtava kiire ja pitää kulkea tilassa tosi kiireellisesti. Kun kuulet, esim. marakassin äänen, olet valtavan väsynyt eikä sinulla ole kiirettä mihinkään. Ohjaaja vaihtelee ääniä sen mukaan, miltä leikkijät näyttävät. Liikkumistapoja voi myös vaihdella esim. iso – pieni, leijona-hiiri, vanha-nuori, kaverille-kaverilta kotiin.

Ammattiryhmät

Jaetaan ryhmä esim. kolmeen osaan. Jokainen ryhmä päättää ammatin, jota esittää. Muut yrittävät arvata, mistä ammatista on kyse. Voidaan näyttellä pantomiimina ilman ääntä, tai äänen kanssa.

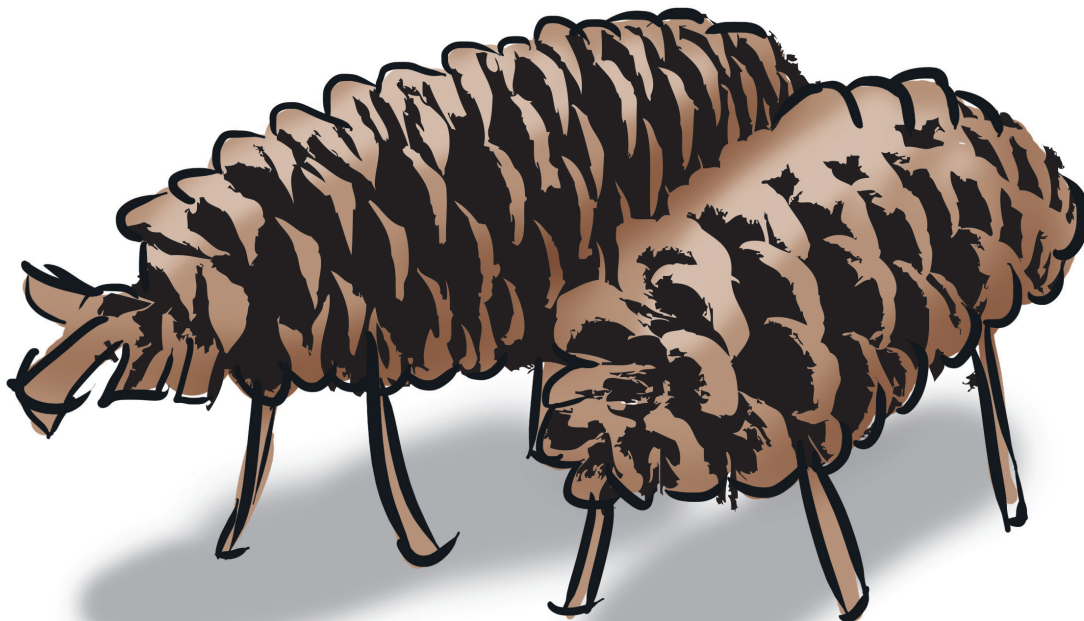
Myöhässä töistä

Henkilöt: 2x työntekijä, pomo ja myöhässä tulija

Myöhässä tulija menee ulos huoneesta. Sillä aikaa muut keksivät, miksi hän on myöhässä töistä, esim. myöhästyi bussista, autosta puhkesi rengas, lapsi kiukutteli jne. Kun on päätetty, miksi hän tuli myöhässä töihin, pyydetään myöhässä tulija sisään. Pomo kysyy, miksi tulit myöhässä töihin. Työkaverit yrittävät esittää pantomiimilla pomon takana syytä, ja myöhässä tulija yrittää arvata miksi tuli myöhässä. Tämän jälkeen voidaan myös pohtia, mikä työpaikka voisi olla kyseessä.

Ammattidisco

Valitaan ryhmäläisten kanssa eri ammatteja. Esim. poliisi, palomies, opettaja ja lääkäri. Sen jälkeen keskustellaan siitä, mitä kukakin työssään tekee ja minkälaisia välineitä he työssään käyttävät. Sen jälkeen laitetaan musiikkia soimaan, ja tanssitaan ensin esim. poliisin tavoin. Kun musiikki pysähtyy, kaikki käävät esim. poliisipatsaiksi paikoilleen ja ohjaaja käy katselemassa ja kyselemässä mitä kukakin oli juuri sillä hetkellä tekemässä.



12. Iloiset ilmapallot

Tavoitteet: liikkuminen, hahmotuskyvyn kehittyminen, ilo ja oivallus, kehon käyttö ja tuntemus

Tarvikkeet: Ilmapallo jokaiselle kerholaiselle (muutama varapallo), rumpu tms musiikkia ohjaajalle

Ilmapallot ilmassa

Jokaisella kerholaisella on oma ilmapallo. Ne voidaan joko yhdessä puhalttaa tai ohjaaja on puhaltanut pallot ennen tunnin alku. Kokeillaan pitää omaa ilmapalloa ilmassa eri kehon osilla, päällä, 1 kädellä, molemmilla käsillä, jaloilla, vatsalla, polvella, kyynärpäällä, nenällä jne.

Voidaan kokeilla myös eri liikkeiden kanssa. Eli pyörähdä sillä aikaa, kun pallo on ilmassa, käy istumassa, pyöräytä kädet ympäri, tee polvennostajuoksu, kumarra, käy kyykyssä jne

Ilmapallot karkailee

Jokaisen tehtävänä on pitää pallo ilmassa niin kauan, kun ohjaaja rummuttaa/musiikki on päällä. Kun musiikki pysähtyy, pitää jokaiset etsiä itselleen uusi ilmapallo ja musiikki lähtee uudelleen päälle.

Ilmapallo jalkojen välissä – viesti

Jaetaan ryhmä noin 6 hengen joukkueisiin (esim ilmapallon värin mukaan). Joukkueen tehtävänä on kiertää ennalta sovittu matka yksi kerrallaan niin, että ilmapallo on jalkojen välissä. Jokaisella voi olla oma pallo, mutta liikkeelle lähdetään kun edellinen on kiertänyt sovitun merkin ja tullut takaisin.

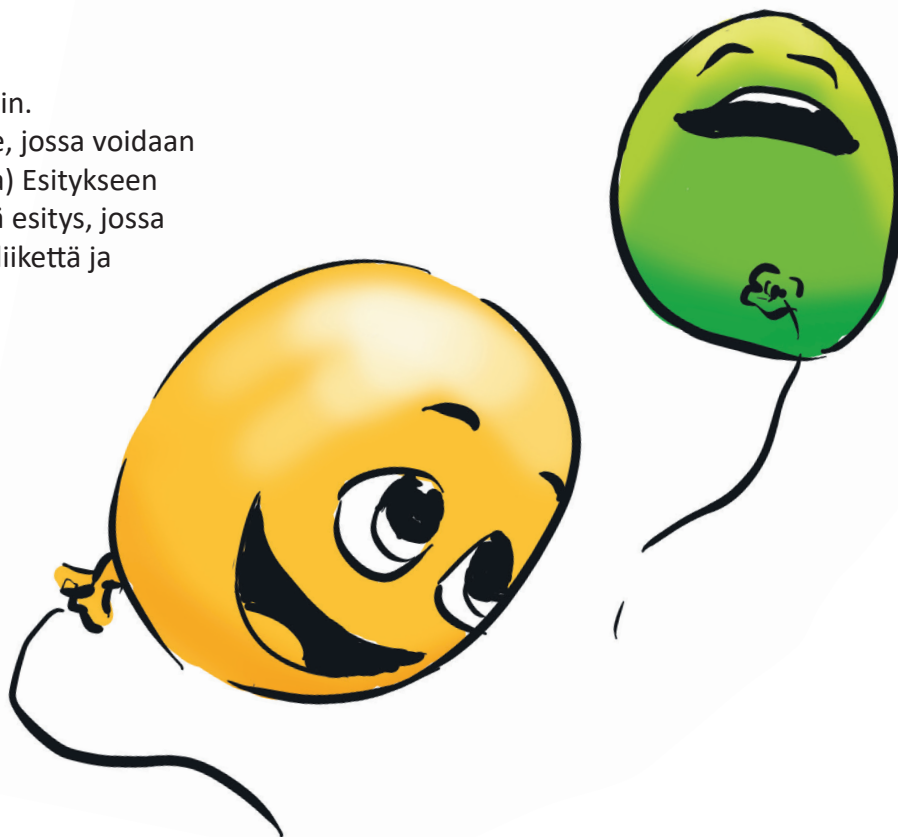
Ilmapallot mahassa – viesti

Jaetaan ryhmä noin 6 hengen joukkueisiin. Joukkueen sisällä jokaiselle tulee pari. Parin tehtävänä on kulkea ennalta sovittu matka niin, että ilmapallo on parin vatsojen välissä. Siitä ei saa pitää käsillä kiinni. Jos on liian helppo, voidaan pallo asettaa myös selkien väliin.

Ilmapallosesitys

Jaetaan ryhmä pieniin porukoihin.

Tarkoitus on tehdä esitys toisille, jossa voidaan käyttää ilmapalloja (ei pakollista) Esitykseen voi laittaa määreitä esim tehkeä esitys, jossa löytyy matalaa liikettä, nopeaa liikettä ja loppuu terävästi.



13. Eläinten riemua

Tavoitteet: liikkuminen, hahmottamien, ryhmätyö, muistin vahvistaminen, toisten huomioiminen

Lohikäärme ja kilpi

Jokainen valitsee leikkijöiden joukosta itselleen lohikäärmeen ja kilven. Leikkijöiden lähdettyä liikkeelle tulee jokaisen asettua niin, että kilpi -ihminen on kokoajan lohikäärmeen ja leikkijän välissä.

Kalaverkko

Leikkijät kulkevat vapaasti tilassa, yksi toimii pelinjohtajana. Pelinjohtaja huutaa jonkin kalaverkon hahmoista ja leikkijöiden tulee muodostaa hahmo mahdollisimman nopeasti. Aluksi kannattaa harjoitella muutamia kertoja eri hahmoja ilman pudottamista. Hitaimmin tai väärin hahmon muodostanut henkilö / pari tippuu pois ja näin leikkijät vähenevät, kunnes lopulta jäljellä ovat enää voittajat.

Kalaverkko = Kaikki piirissä, kädet käsissä

Hummeri = Pari, selät vastakkain, kyynärkoukkuote

Taskurapu = Pari, toinen leikkijä kyykyssä, sormet tuntosarvina ja toinen seisaaltaan takana, kädet kyykyssä olevan olkapäillä

Simpukka = Pari, kädet käsissä

Katkarapu = Pari, istutaan peräkkäin

Kananpoika ja kotka

Yksi leikkijöistä on kotka. Muut ovat kanoja, jotka ovat peräkkäin jonossa (kiinni esim. vyötäröltä), jonka viimeisenä on kananpoika. Kotka ja kanajono ovat vastakkain lähtöasetelmassa.

Kotka yrittää saada kiinni kananpoikaa ja muiden kanojen tehtävänä on puolustaa kananpoikaa. Mikäli kotka saa kosketettua kananpoikaa, tulee siitä uusi kotka ja entinen kotka menee jonon ensimmäiseksi. Kanat voivat myös kotkottaa puolustaessaan, niin saadaan hyvä tunnelma.

Tuhatjalkainen

Ohjaaja jakaa leikkijät joukkueisiin, joissa on korkeintaan kymmenen henkeä. Joukkueet asettuvat lähtöviivalle jonoissa, joissa jokainen pitää edellä olevan vyötäröstä kiinni. Ohjaajan antaessa merkin, joukkueet juoksevat maaliin irrottamatta otettaan.

Jos ote irtaantuu, joukkue putoaa pelistä tai vaihtoehtoisen säännön mukaan palaa lähtöviivalle ja aloittaa alusta. Joukkue, joka ensimmäisenä pääsee maaliin jokaisen kädet yhä edellä olevan vyötärössään kiinni, on voittaja. Haastetta leikkiin saa, kun ensimmäinen asettaa kädet lattialle ja muut ottavat edessä olevan nilkoista kiinni.

Eläinorkesteri

Yksi on kapellimestari. Muut ovat hänen selkensä takana. Kun kapellimestari johtaa orkesteria, jokainen saa äänellä eläimen lailla. Kun kapellimestari kääntyy katsomaan, on kaikkien oltava ihan hiljaa.

Hei, minä olen hiiri

Istutaan piirissä. Aloittaja sanoo vieressä istuvalle: "Hei, minä olen hiiri". Viereinen vastaa: "Hei hiiri!" ja sanoo toisella puolella olevalle saman lauseen. Näin jatketaan. Suunnan voi vaihtaa siten, että vieressä olijan sanoessa: "Hei, minä olen hiiri!" sanotaankin vastaan: "Hei, minä olen lumikko!" (eläimen voi keksiä itse). Ja näin suunta vaihtuu. Suunnan voi vaihtaa koska haluaa. Hauskan leikistä tekee se, että kun kaikille ovat lauseet selvillä, ne sanotaan niin, etteivät hampaat näy.



Nuorisoseurat