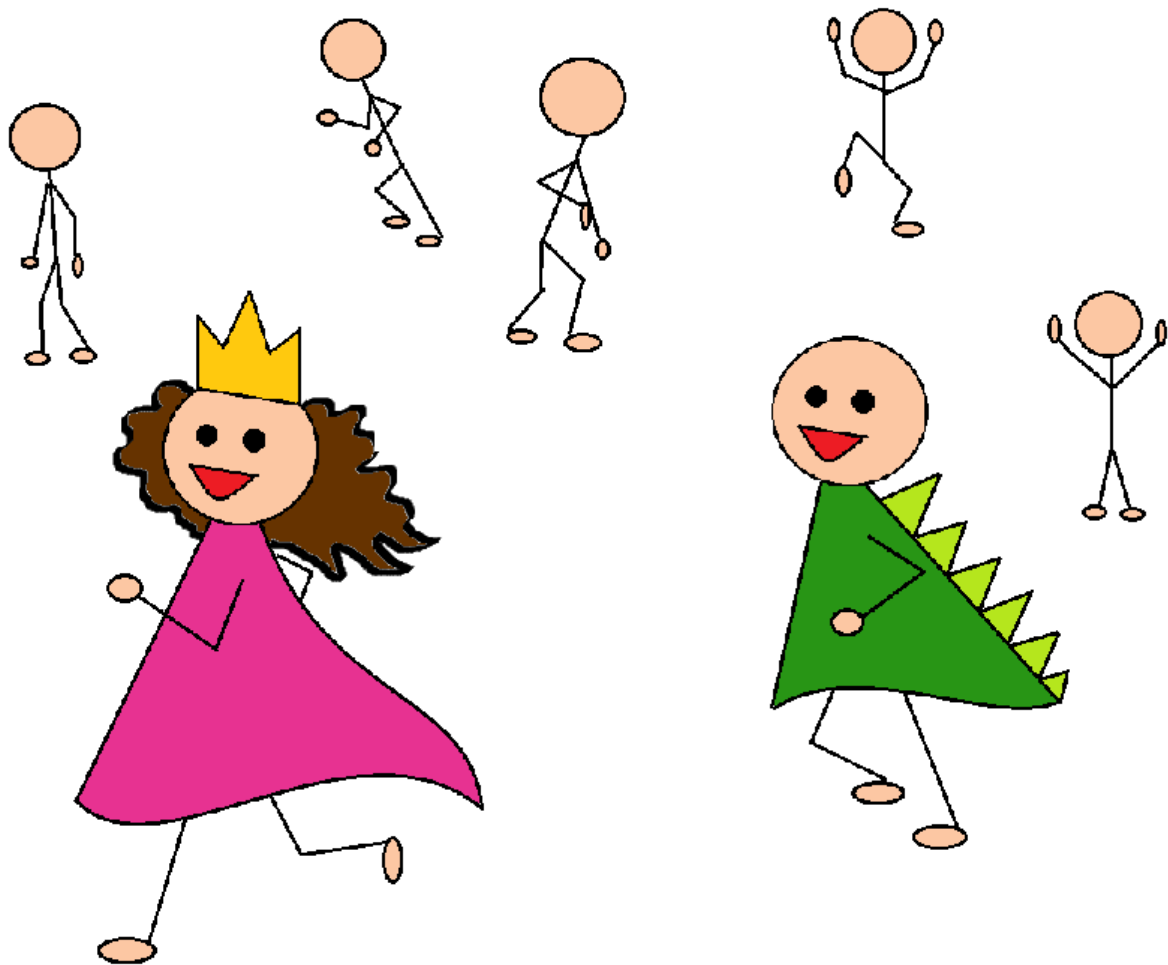


Liikuntaleikkikirja

66 leikkiä

liikunnanopetukseen



Vuokko Jurvakainen | Saara Lahti | Veera Valander






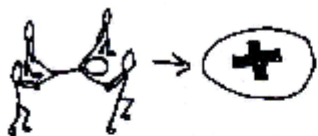
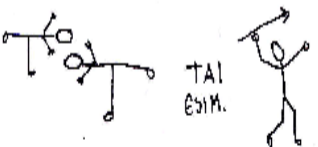
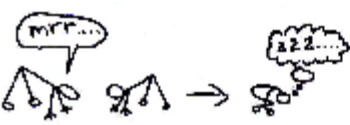
Liikuntaleikkikirja

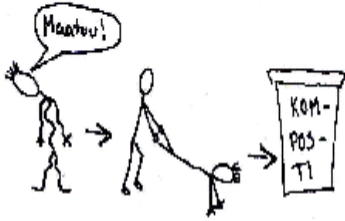

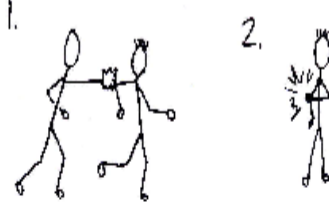




Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (OPH 2014, 148) liikunnan oppiaineen tavoitteissa ja tehtävissä mainitaan fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen toimintakyvyn tukeminen, kehollisuus, yhdessä tekeminen, tasa-arvo ja yhteisöllisyys. Näiden tavoitteiden lisäksi opetussuunnitelma kannustaa hyödyntämään koulun tiloja, lähiliikuntapaikkoja ja luontoa eri vuodenaikojen mukaan (OPH 2014, 148). Erityisesti alkuopetuksen eli vuosiluokkien 1–2 opetus painottuu vahvasti leikkien varaan. Leikkien kautta puolestaan kehitetään havaintomotorisia taitoja ja motorisia perustaitoja (OPH 2014, 148). Näiden tavoitteiden pohjalta halusimme koota materiaalipaketin, joka sisältää eri tilanteisiin, ympäristöihin ja liikuntamuotoihin sovellettavissa olevia leikkejä ja pelejä. Materiaalipaketti on hyödyllinen apuväline liikunnanopettajan arjessa, sillä se tarjoaa monipuolisia vaihtoehtoja rikastuttaa liikuntatunteja ja sisällyttää niihin taitojen oppimista leikin kautta. Lisäksi materiaali helpottaa oppituntien ja jaksojen suunnittelua myös lyhyellä varoitusaajalla, esimerkiksi sääolosuhteiden yllättäessä tai sijaisena toimiessa.

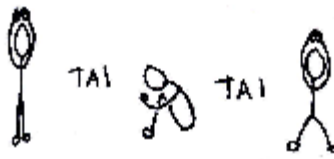
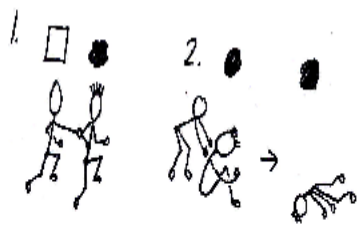
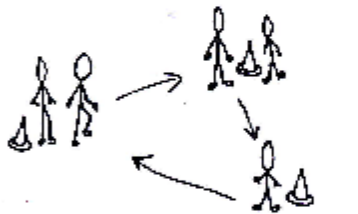


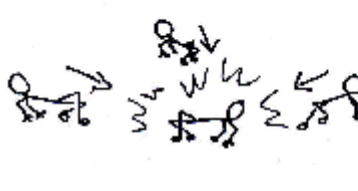
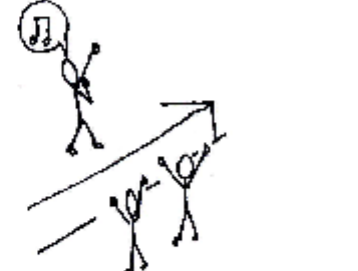
Materiaalipaketin leikit ja pelit kehittävät motoristen perustaitojen oppimista eli tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaitoja. Näiden taitojen harjaannuttaminen sisältyy myös liikunnan oppiaineen tavoitteisiin opetussuunnitelmassa (OPH 2014, 148). Myös fyysisten ominaisuuksien, kuten kestävyys, liikkuvuus, nopeuden ja voiman, kehittäminen sisältyy leikkeihin. Fyysisten ominaisuuksien huomioimiseen Opetushallitus kannustaa myös opettajille suunnatussa verkkopalvelussaan (Edu.fi). Jokainen leikki ei tietenkään sovellu kaikkien taitojen harjoitteluun, vaikka niitä voikin laajalti soveltaa. Siksi olemme pyrkineet sisällyttämään materiaalipakettiin mahdollisimman monia erilaisia leikkejä ja niihin sopivia sovellusehdotuksia. Esitellyt leikit kattavat sopivia vaihtoehtoja sekä sisä- että ulkoliikuntaympäristöihin. Olemme huomioineet esimerkiksi vesiliikunnan, talvisen ulkoliikunnan, saliympäristön sekä urheilukenttäympäristön. Lajit, joihin leikit soveltuvat parhaiten, ovat seuraavat: voimistelu, yleisurheilu, paini, suunnistus, uinti, hiihto, musiikkiliikunta, pesäpallo, käsipallo, jalkapallo, sähly, lentopallo, koripallo, jääkiekko, ringette, sulkapallo, tennis ja kaukalopallo. Toki leikkejä voi soveltaa myös muihin lajeihin, mutta edellä mainitut lajit on valittu sillä perusteella, että ne mahdollisimman monipuolisesti kattavat erilaiset välineenkäsittelytaidot, liikkumistaidot sekä liikuntaympäristöt.

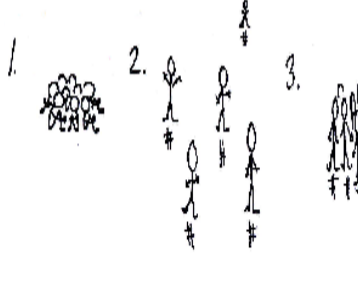
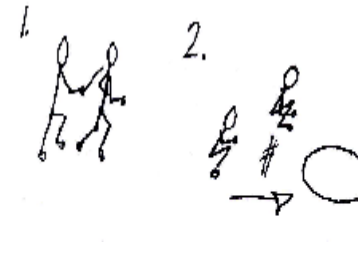



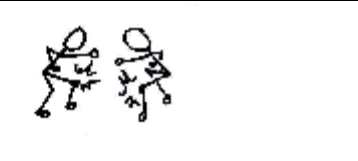

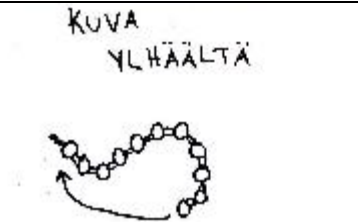
Leikit ja pelit ovat yhteisöllisiä ja kannustavat sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja harjoituttavat ohjeiden noudattamista. Nämäkin taidot – toiminnan säätely, tunneilmaisu, sääntöjen noudattaminen, vastuunotto – mainitaan tärkeänä osana oppiaineen tavoitteita opetussuunnitelmassa (OPH 2014, 149). Kun leikkejä ja pelejä sovelletaan monipuolisesti eri ympäristöissä ja liikuntalajeissa, oppilaiden sosiaaliset taidot, kyvyt rakentaa onnistuneita pelitilanteita ja toimia ryhmän jäsenenä, voivat kehittyä. Materiaalin etuna on sen laajuus ja sovellettavuus. Leikkejä voi käyttää siis jopa jokaisella liikuntatunnilla, kunkin jakson ja oppituntin tavoitteet huomioiden. Materiaalin avulla opettaja voi soveltaen suunnitella kokonaisuuksia, jotka säännöllisesti harjoituttavat sekä motorisia perustaitoja, fyysisiä ominaisuuksia että sosiaalisia taitoja.

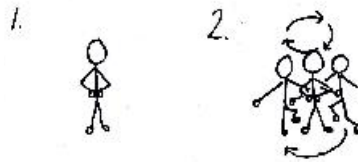
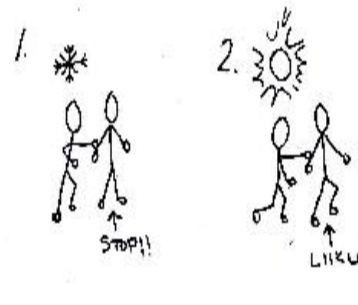
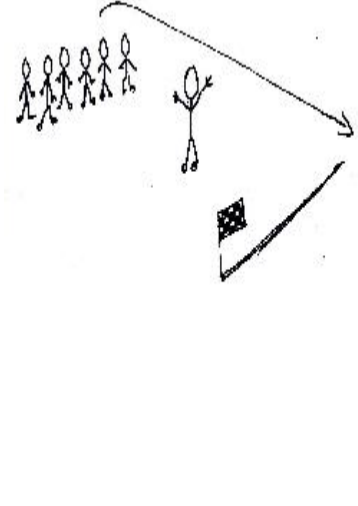

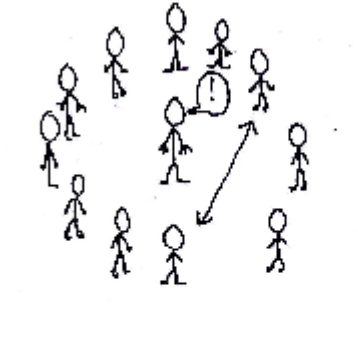
Lähde: OPH 2014. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Helsinki: Opetushallitus.

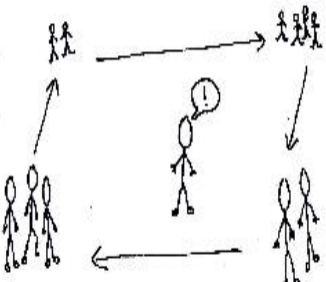
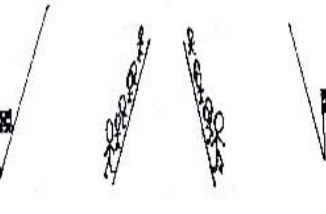
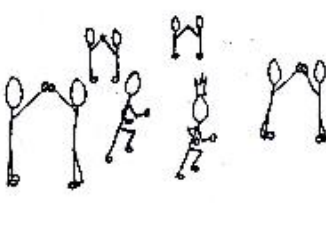
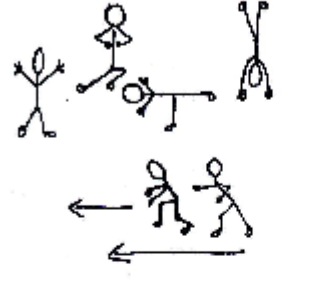
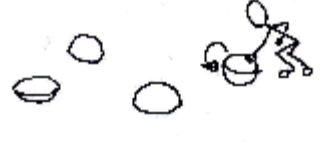
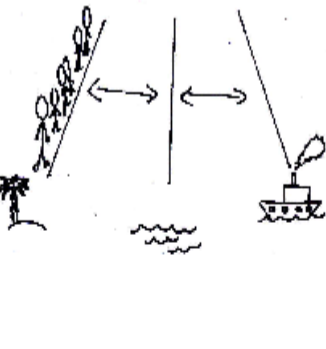
KUVA	LEIKKI	SÄÄNNÖT
	X-hippa	Hipan kiinniottama jää x-asentoon, kaveri pelastaa ryömimällä/ vierittämällä tai syöttämällä välineen kaverin jalkojen välistä.
	Tunnelhippa	Sama kuin x-hippa, mutta ennen pelastajan ryömintää/ vieritystä tai syöttöä kiinnijääneen taakse täytyy muodostaa tunneli kahdesta muusta ihmisestä, jotka myös tulevat x-asentoon.
	Vessanpönttöhippa	Kiinnijäänyt jää toispolviseisontaan toinen käsi ilmassa, pelastus istumalla polvelle ja laskemalla käden.
	Töpseli- / Halihippa	Kiinnijäänyt jää seisomaan kädet lanteille, pelastus "laittamalla töpselin seinään" eli halaamalla kaveria käsien välistä.
	Tynnyri- / Korihippa	Kiinnijäänyt jää seisomaan paikalleen ja muodostaa käsistään ympyrän. Kaveri pelastaa kurkkaamalla ympyrästä tai heittämällä välineen "koriin".
	Sairaalahippa	Hipan kosketuksesta pelaaja "loukkaantuu" ja menee maahan makaamaan x-asentoon, pelastamiseen tarvitaan neljä ambulanssikuskoa, jotka kantavat sairastuneen sairaalaan (esim. keskiympyrään). Ambulanssikuskeja voivat olla joko kaikki tai sitten tietyt sovitut henkilöt.
	Liikehippa	Kiinnijäänyt jää paikallaan tekemään jonkin tasapainon/ hypyn/ yleisurheilun heittoasennon/ hihalyöntiasennon tms., kaveri voi pelastaa tekemällä saman liikkeen kiinnijääneen luona.
	Eläinhippa	Hippa ja kiinniotettavat liikkuvat jonkin eläimen tavoin (esim. laukkaamalla, pingviinikävely), kiinnijäätyään he jäävät paikoilleen (esim. kuopimaan maata jalallaan, keinumaa vatsalleen). Pelastus tapahtuu tekemällä samaa liikettä kiinniotetun edessä.

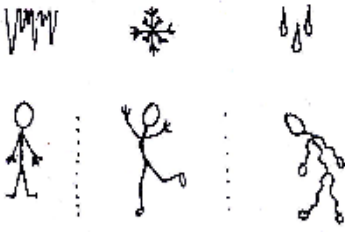

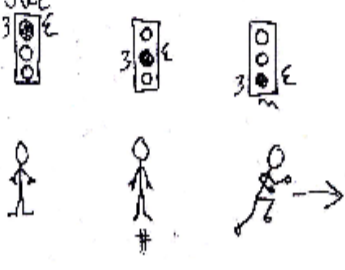
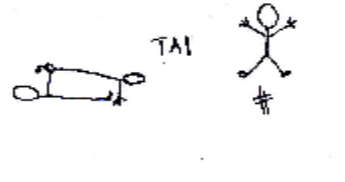
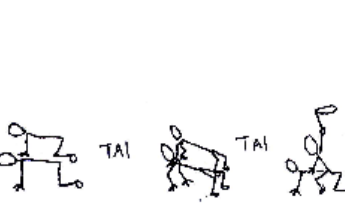
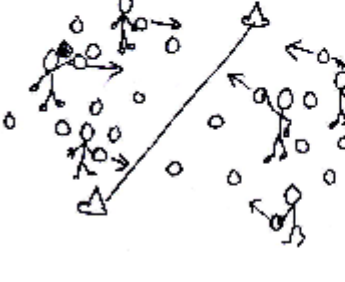
	<p>Kompostihippa</p>	<p>Kiinniotettava jää paikalleen "maatumaan" (vaipuu hitaasti alaspäin huutaen samalla "maatuu, maatuu"). Pelastus kottikärrämällä (kottikärrykävely) maatuva pelaaja kompostiin ennen kuin pelaaja ehtii maatua kokonaan. Kompostissa täytyy suorittaa tehtävä esim. paritaputukset toisen maatuvan kanssa, jonka jälkeen saa jatkaa leikkiä. Jos pelaaja ehtii maatua kokonaan, kuljetus kompostiin tapahtuu neljän ihmisen voimin.</p>
	<p>Ketjuhippa</p>	<p>Hipat ovat ketjujen alkuja, kiinnijääneet muodostavat hipan kanssa käsistä pitäen ketjun, jonka reunimmaisiet kädet saavat ainoastaan ottaa kiinniotettavia kiinni.</p>
	<p>Laastarihippa</p>	<p>Hipalla on merkki, jolla hän koskee kiinniotettavia "haavoja" tehden (ensimmäinen haava= kiinniotettava laittaa käden laastariksi hipan koskettamaan kohtaan, toinen haava= toisella kädellä sama juttu, kolmas haava= laastarit loppuvat ja kiinniotetusta tulee uusi hippa).</p>
	<p>Taputushippa</p>	<p>Kiinnijäänyt menee polvi-istuntaan, kaveri voi pelastaa tulemalla luokse, jolloin pari tekee sovitun taputusrytmisarjan yhdessä.</p>
	<p>Kuperkeikka-hippa</p>	<p>Kiinnijäänyt käy tekemässä kuperkeikan (piruetin, kärrynpyörän tms.), jonka jälkeen saa jatkaa leikkiä.</p>
	<p>Viivahippa</p>	<p>Hippa ja kiinniotettavat liikkuvat ainoastaan salin lattian viivoja pitkin. Hippa vaihtuu kiinniotosta.</p>
	<p>Älä osu lattiaan –hippa</p>	<p>Pelialueella on esineitä/ välineitä, joita pitkin hippa ja kiinniotettavat saavat ainoastaan liikkua. Hippa vaihtuu kiinniotosta.</p>
	<p>Kissa, kroko(tiili), kilpikonna</p>	<p>Hipat ovat kissa, kroko ja kilpikonna, kiinnijäänyt muuttuu hipan mukaiseksi eläimeksi (kissa= kontallaan 5 selänpyörästystä/-ojennusta, kroko= lankku ja kaveri pelastaa ryömimällä ali, kilpikonna= kippurassa selällään keinunta ja kaveri pelastaa vetämällä käsistä ylös)</p>

	<p>Banaani- / Hedelmä-hippa</p>	<p>Hipat ovat eri hedelmiä, kiinnijäänyt muuttuu hipan mukaiseksi hedelmäksi (banaani= kädet ylhäällä, jalat yhdessä → pelastus "kuorimalla" kädet alas, omena = kippuraan maahan → pelastus pukkihypyllä yli, päärynä= kädet ylhäällä, jalat auki → pelastus ryömimällä jalkojen ali).</p>
	<p>Kivi, paperi, sakset –hippa</p>	<p>Kolme joukkuetta (kivet, sakset, paperit), jokaisella joukkueella toinen ryhmä, joita yrittää ottaa kiinni. Kiinnijäätyään pelaaja tekee oman esineensä muodon (esim. kivi kyykkyy), oman joukkueen jäsen pelastaa (esim. työntämällä kiven nurin).</p>
	<p>Värihippa</p>	<p>Kolme joukkuetta (eri värit), jokaisella joukkueella oma vankila, johon kuljetetaan tietyn värisiä kiinniotettavia. Pelastus tapahtuu suorittamalla tehtävä (esim. 5 x-hyppyä/ piruetti luistimilla tms.) vankilassa.</p>
	<p>Peikkoäiti ja lapset</p>	<p>Jokaisessa nurkassa on peikkoäiti, joka on hippa. Muut pelaajat ovat peikkolapsia, jotka nukkuvat ensin keskiympyrässä ja leikin alkaessa lähtevät liikkumaan pelialueella. Äidit yrittävät napata yksitellen mahdollisimman monta lasta omaan pesäänsä.</p>
	<p>Karhu nukkuu / Hauki herää</p>	<p>Yksi pelaajista on karhu talviunilla, pelaajat hiipivät hiljaa ympärillä (tai sorsaemon johdattamina poikasina). Kun karhu/ hauki herää se huutaa "karhu/ hauki herää" ja yrittää ottaa kiinni jonkun pelaajista, josta tulee seuraava hippa.</p>
	<p>Saammekohan kiinni?</p>	<p>Kaikki liikkuvat sovitulla tavalla (esim. rapukävely), opettaja huutaa jonkun leikkijän nimen esim. "Saammekohan Villen kiinni?", jolloin kaikki yrittävät ottaa Villen mahdollisimman nopeasti kiinni.</p>
	<p>Idols- / Talent-hippa</p>	<p>Kiinnijäänyt menee lavalle laulamaan/ esittämään jonkun akrobatialiikkeen tms., pelastaja tulee "fanittamaan" lavan eteen heilumaan ja huutamaan pelastettavan nimeä.</p>



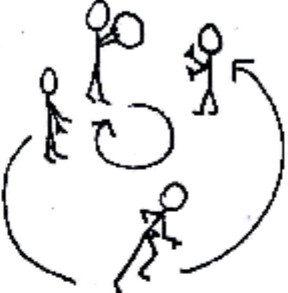


	Popcorn-hippa	Leikkijät ovat keskiympyrässä kyykyssä, josta lähdetään pomppimaan ympäri salia ohjaajan merkistä. Kun kaksi popcornia törmää toisiinsa, ne takertuvat kiinni, lopuksi kaikki pelaajat pomppivat yhtenä popcorn-klönttinä. Voidaan leikkiä myös esim. koripalloja pompottaen (pompotellaan ensin pienesti/ kävellen, sitten voimakkaammin/ juosten).
	Noidan kattila	Hippa on noita, joka taikasauvallaan koskettamalla muuttaa pelaajia sammakoiksi, jotka pelastuvat pomppimalla pataan (=keskiympyrään).
	Vampyyri-hippa	Yksi pelaajista on vampyyri, joka seisoo yksin nurkassa ja laskee hitaasti ääneen kahteentoista. Muut pelaajat ovat keskiympyrässä nukkumassa, mutta kun "kello lyö kaksitoista", vampyyri lähtee ottamaan kiinni pelaajia. Kiinniotetusta tulee seuraava vampyyri.
	Aku-hippa	Kiinniotettavat voivat pelastautua menemällä kyykyyn ja huutamalla jonkin Aku Ankan ystävän nimen. Voidaan pelata myös muilla hahmoilla tai esim. viikonpäivillä/ numeroilla englanniksi/ väreillä tms. Samaa ei sanoa kahdesti.
	Rosvo ja poliisi	Poliisit ottavat kiinni rosvoja, ja vievät heitä vankilaan (esim. maaliin). Toinen rosvo voi pelastaa kiinnijääneen hakemalla hänet vankilasta.
	Parihippa	Leikkijät pelaavat pareittain ja ottavat toisiaan kiinni (paikallaan esim. yrittäen koskea toista tiettyyn ruumiinosaan/ liikkuen ja mistä tahansa kiinniotosta rooleja vaihtaen/ häntää kiinniottaen)
	Häntähippa	Kiinniotettavilla on häntänä huivi tms., jonka hipat koittavat napata kiinni, huivin menettäneestä tulee uusi hippa.
<p>KUVA YLHÄÄLTÄ</p> 	Lohikäärmeenpyrstö	Liikutaan jonossa edellisestä kiinni pitäen, jonon ensimmäinen on pää, joka koittaa saada kiinni jonon viimeisen hännän eli huivin tms.




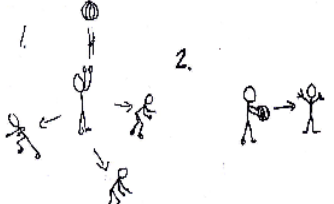
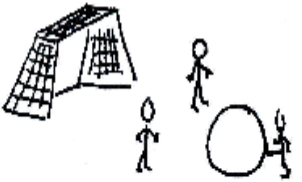

	<p>Karuselli-hippa</p>	<p>Kiinnijäänyt nappaa lattialta tai jäältä käteensä ringeten ja jää paikoilleen, pelastaja tulee pitämään kiinni samasta ringetestä ja pyörimään 3 kierrosta ympäri kiinnijääneen kanssa. / Kiinnijäänyt jää seisomaan kädet lanteille, 2 pelastaa tulee kiinni käsikynkkiin ja kiertää hypellen kiinnijääneen kolmesti ympäri.</p>
	<p>Aurinko ja jää</p>	<p>Jää-ihmisten kosketus jähmettää liikkujan paikoilleen, aurinkojen taas sulattaa, jolloin voi jatkaa liikkumista.</p>
	<p>"Kuka pelkää...?"</p>	<p>Keskellä kiinnottaja joka huutaa "kuka pelkää...?", jolloin kiinniotettavat liikkuvat pelialueen toiselta laidalta toiselle, hipan samalla ottaessa kiinni pelaajia, kiinnijääneistä tulee myös kiinniottajia. Kiinniottaja voi olla:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tiikeri/ lumimies - nosturi/ supermies (kiinniotettava tulee nostaa ilmaan, ennen kuin hän jää kiinni) - mustekala/ vesimies (kiinnijääneet jäävät paikoilleen ja voivat ottaa käsillään kiinni muita, mutta eivät saa liikkua) - merirosvo (kiinniotto tapahtuu palloilla pommittamalla, pallo kädessä ei saa liikkua).
	<p>Mummon hillopurkit</p>	<p>Sama idea kuin "kuka pelkää?" –leikissä, mutta kiinniotettavat on jaettu eri hilloihin (mansikat, lakat, mustikat, vadelmat) ja ainoastaan se hillolaji, jonka "mummo" keskeltä huutaa saavat liikkua. Jos mummo huutaa "sekamarjahillo", kaikki pelaajat liikkuvat.</p>
	<p>Hedelmä-salaatti</p>	<p>Leikkijät ovat piirissä ja jokaisella on oma hedelmä. Piirin keskellä on yksi leikkijä, joka huutaa jonkun hedelmän, jolloin kaikki nämä "hedelmät" yrittävät vaihtaa paikkaa (ei viereiseen/ omaan). Keskellä olija yrittää päästä tyhjäan paikkaan ja voi myös halutessaan huutaa "hedelmä-salaatti", jolloin kaikki liikkuvat. Voidaan pelata myös esim. sanaluokilla.</p>

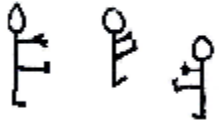
	<p>"Tuli on irti"</p>	<p>Sama idea kuin "kuka pelkää?" –leikeissä, mutta liikkuminen tapahtuu myötöpäivään kentän nurkasta nurkkaan (jokaisella huudolla liikutaan aina yksi kentän sivu kerrallaan).</p>
	<p>Rotat ja revot</p>	<p>Joukkueet ovat kahdessa rivissä vastakkain, kun ohjaaja huutaa "rotat", rotat koittavat napata repoja kiinni ennen kuin he ylittävät oman viivansa (kiinnijääneet siirtyvät toiseen joukkueeseen).</p>
	<p>Prinsessa ja hirviö</p>	<p>Parit muodostavat käsistään linnan, lisäksi yksi pari on aluksi prinsessa ja hirviö: prinsessa luistelee kirkuen örisevää hirviötä karkuun ja koittaa päästä suojaan johonkin linnaan, josta lähtee uusi prinsessa karkuun (kun hirviö saa prinsessan kiinni, osat vaihtuvat). Voidaan pelata muillakin rooleilla esim. kettu ja kana.</p>
	<p>Liikevaihtohippa</p>	<p>Kaikki pelaajat valitsevat itselleen paikallaan olevan asennon. Yksi pelaajista on hippa ja yksi kiinniotettava. Kiinniotettava voi pelastautua tekemällä jonkun toisen pelaajan asennon (ei tarvitse olla vieressä), jolloin tämä pelaaja on uusi kiinniotettava. Kun hippa saa kiinniotettavan kiinni, osat vaihtuvat.</p>
	<p>Kupit ja hatut</p>	<p>Puolet pelaajista on kuppeja, joiden tehtävänä on kääntää kaikki tötsät kupeiksi, puolet taas hattuja, jotka kääntävät tötsät hatuiksi. Voittajajoukkue on se, jolla on enemmän omia merkkejä pelin loputtua.</p>
	<p>Maa, meri, laiva – tyyppiset leikit</p>	<p>Pelialueella on kolme viivaa, jotka kuvastavat maata, merta ja laivaa, ohjaajan huutaessa liikutaan kyseiselle viivalle. Voidaan myös sopia eri liikkumistyyli jokaiselle viivalle (esim. maahan "kävellään", mereen "sukellellaan" ja laivaan liikutaan pyörien) tai viivalla suoritettava tehtävä (esim. vatsalihakset, selkälihakset, punnerrukset) tai eri paikkojen nimet (esim. koulu, koti, harrastus ja niille tyyppilliset tekemiset).</p>

	<p>Jää, lumi ja vesi</p>	<p>Pelialue on jaettu kolmeen alueeseen, joissa liikutaan vapaasti, kuitenkin niin, että jää-alueella ollaan kuin jähmettyneitä jääpuikkoja, lumi-alueella kevyesti leijailevia hiutaleita ja vesi-alueella vetelää nestettä.</p>
	<p>Patjaleikki</p>	<p>Patjoja on yksi vähemmän lattialla kuin leikkijöitä. Musiikin soidessa liikutaan ympäri salia/ piiriä. Kun musiikki loppuu jokainen yrittää ehtiä mahdollisimman nopeasti istumaan yksin patjalle. Patjaa ilman jäänyt, ottaa yhden patjan ja vie sen mennessään pois.</p>
	<p>Liikennevalot</p>	<p>Ohjaaja näyttää lattiamuotoja (kelt, pun, vihreä) vuoronperään lapsille, jotka liikkuvat liikennevalojen värien mukaan (punainen= pysähtytään, keltainen= pompitaan paikallaan, vihreä= juostaan).</p>
	<p>Avaruusleikki</p>	<p>Opettajan huudosta suoritetaan avaruuteen liittyvä liike (tähti= 5 x-hyppyä, raketti= 5 jännehyppyä, astronautti= lankku, tupla-astronautti= parin kanssa "laatikko").</p>
	<p>Lontoon bussi</p>	<p>Leikkijät liikkuvat sisä- ja ulkopiirissä "ympäri maapalloa" eri suuntiin. Jokaisella on oma pari, joka liikkuu eri piirissä. Ohjaajan huudosta suoritetaan oman parin kanssa liike (lontoon bussi= parin kanssa konttausasennossa päällekkäin, cowboy= toinen hevosena kontillaan ja toinen heiluttaa lassoa, parisänky= parin kanssa maataan vierekkäin, kerrossänky= parin kanssa rapuasennossa päällekkäin), jonka suorittamisen jälkeen liikkuminen piireissä jatkuu.</p>
	<p>Pidä puolesi puhtaana</p>	<p>Pelialue on jaettu puoliksi tai neljään ruutuun, joiden pelaajat pyrkivät pitämään oman alueensa mahdollisimman siistinä eli heittämään/vierittämään kaikki esineet pois omalta alueeltaan (voidaan pelata palloja/ hernepusseja heittämällä/vierittämällä/ esim. ringettemailoilla ja ringeteillä sekä istuen/ rapukävelyllä/ seisten...)</p>

	<p>Rohmu</p>	<p>Keskellä on "aarteita" eli esineitä, joita pelaajat pyrkivät hakemaan omaan pesäänsä (voidaan sopia että omasta pesästä saa lähteä vain esimerkiksi ryömimällä toisen ali sillasta). Voidaan pelata myös niin, että pesissä ollaan pareittain/ ryhmissä, joista yksi pelaaja vuoronperään käy hakemassa yhden aarteen omaan pesään. Voi vaikeuttaa siten, että omaa pesää voi puolustaa tai ohjaaja/ yksi lapsista voi myös olla vartioimassa keskellä ja ottamassa kiinni rohmuajia: kiinniotto → takaisin omaan pesään tyhjin käsin.</p>
	<p>Nälkäiset apinat</p>	<p>Puolapuiden yläpäähän on laitettu hernepusseja (=banaaneja), joita leikkijät käyvät kiipeämässä "puusta" yksi kerrallaan viestinä.</p>
	<p>Pallo jonon ali-viesti</p>	<p>Jonon ensimmäinen vierittää pallon kaikkien jalkojen välistä ja jonon viimeinen nappaa pallon kiinni ja siirtyy ensimmäiseksi vierittämään palloa (voittajajoukkue on se, jossa jokainen on vierittänyt pallon esim. 2 kertaa tai joka on päässyt jonossa liikkuen kentän päästä päähän). Peliä voi muunnella esimerkiksi siten, että jonon viimeinen siirtyy eteen ylittämällä muut pelaajat, jotka ovat menneet nopeasti mahalleen.</p>
	<p>Pujotteluviesti</p>	<p>Jonoissa pidetään edessä ja takana olevaa korkealla käsistä kiinni, jonon viimeinen lähtee pujottelemaan kaikkien käsien alta ja saadessaan ensimmäisen vapaasta kädestä kiinni hän huutaa "hep", jolloin seuraava voi lähteä liikkeelle (edetään esim. jokainen 2 kertaa tai kentän päästä päähän)</p>
	<p>Jonoviesti</p>	<p>Ensimmäisellä kierroksella 1 joukkueen jäsen käy kiertämässä tötsän, toisella kierroksella hän ottaa taakseen jonoon yhden jäsenen lisää, kolmannella taas yhden jne., se joukkue kumman kaikki jäsenet ovat juosseet/ luistelleet jne. nopeammin tötsän ympäri, voittaa (peliä pelataan useampi kierros järjestystä vaihdellen, jotta kaikille tulee yhtä paljon luistelua)</p>

	<p>Hämähäkin verkko</p>	<p>Pelialueelle on aseteltu maahan hyppynaruja ristiin rastiin. Joukkueet liikkuvat viestityyppisesti verkon yli. Mikäli koskettaa verkkoa, joutuu aloittamaan alusta.</p>
	<p>Pallonkuljetusviesti</p>	<p>Parin kanssa liikutaan mahdollisimman nopeasti pelialueen päästä päähän siten, että toisella parista on pallo, jota syötellään.</p>
	<p>Piiripallo</p>	<p>Toinen joukkue muodostaa ulkopiirin, ja heidän tehtävänä on liikkua vuoronperään piirin ympäri viestityyppisesti. Toinen joukkue on sisäpiirinä, ja heidän tehtävänä on kopitella palloa myötäpäivään mahdollisimman monta kierrosta, sillä aikaa kun ulkopiiri juoksee. Vaihdetaan rooleja. Se joukkue, kumpi on saanut enemmän täysiä kopittelukierroksia, voittaa.</p>
	<p>Polttopallo</p>	<p>Polttajat heittävät palloilla alueen reunoilta yrittäen osua leikkijöihin, jos pallo osuu leikkijään hänestä tulee myös polttaja. Voidaan leikkiä myös amerikkalaisena polttopallona (=polttajan palaessa pääsee takaisin peliin) tai niin, että osat vaihtuvat aina poltettaessa (=polttaja pääsee takaisin peliin). Voidaan pelata eri liikkumistyyliellä esim. sisiliskoina ryömien.</p>
	<p>Kahden tulen välissä</p>	<p>Sama idea kuin polttopallossa, mutta pelikenttänä toimii alue, joka on jaettu kahteen yhtä suureen osaan. Peliä pelataan kahdessa joukkueessa, jotka yrittävät polttaa toisen alueen pelaajia. Lisäksi molemmilla joukkueilla saa olla yksi torni-pelaaja, joka saa pelata vastakkaisen joukkueen alueen takana, jotta polttaa voi useammasta suunnasta. Palaneet pelaajat siirtyvät tornin avuksi. Voittajajoukkue on se, jolla on viimeisenä pelaajia virallisella pelialueella.</p>
	<p>Kaupunki-taistelurata</p>	<p>Sama idea kuin polttopallossa, mutta pommittajat ovat alueen kahdella sivulla ja poltettavat yrittävät liikkua alueen päästä päähän tempuradan läpi palamatta.</p>

	Keilan kaato	Sama idea kuin polttopallossa, mutta keilan kaadossa heitetään keiloja, joita keskellä olevat pelaajat suojelevat (oma keila kaatuu → pelaajasta heittäjä/ ajanotto, kumpi joukkue kaataa keilat nopeammin).
	Ankkaemo	Sama idea kuin polttopallossa, mutta poltettavat pelaajat liikkuvat jonossa toisistaan kiinni pitäen. Jonon ensimmäinen on ankkaemo, joka suojelee poikasiaan ja saa koskea palloon.
	Kuningatar-polttopallo	Kaksi joukkuetta pelaa vastakkain omien rajaviivojen takaa pyrkien "polttamaan" ja liikuttamaan keskellä aluetta olevaa isoa jättipalloa pienillä palloilla heittäen. Kun jättipallo ylittää vastustajan rajaviivan, joukkue voittaa.
	Nade/ Munitus	Yksi pelaaja heittää pallon ilmaan, jolloin muut lähtevät karkuun. Kun heittäjä saa pallon kiinni, hän huutaa SEIS ja muut pelaajat pysähtyvät. Tämän jälkeen pallon heittänyt pelaaja yrittää polttaa heittämällä jonkun toisen pelaajan.
	Maalipeli- sovellukset	Jalkapalloa/käsipalloa ja muita maalipelejä voidaan soveltaa esimerkiksi seuraavasti: - rivijalkapallo: joukkue liikkuu ainoastaan toisiaan käsistä kiinni pitäen - norsupallo: jättipallolla (jalkapallo, tai käsillä, jotka muodostavat "kärsän") - monta palloa kentällä, osa voi olla käsillä pelattavia osa jaloilla pelattavia palloja - kosketus palloon → siirry alueen ulkopuolelle suorittamaan jokin tehtävä - siamilainen: pelataan parin kanssa käsikynkässä - eri liikkumistyyliä esim. pepullaan, rapukävely jne.
	Lankakerä	Oppilaat muodostavat käsistä toisiaan pitäen ketjun, jonka toinen pää jää paikoilleen ja toinen lähtee liikkumaan paikallaan olevaa ympäri muodostaen lankakerän paikallaan olevan ympärille. Kun kaikki ovat kiinni kerässä, alussa paikallaan ollut lähtee purkamaan kerää luistellen muiden käsien alta pois johdattaen muita mukanaan. Selvitetään solmut.

	Robotti	Oppilaat liikkuvat robottimaisesti kävellen ainoastaan suoraan eteenpäin. Muutama lapsista on mekaanikkoja, jotka saavat liikkua tavallisesti, tehtävänään käydä ohjaamassa robotteja tarvittaessa uusiin suuntiin, jotta ei tulisi törmäyksiä.
---	---------	---

Vinkkejä käyttöön:

- Kaikissa leikeissä voidaan liikkua **eri liikkumistyyeillä** (juoksu, rapu, varpailla, kyykyssä, takaperin, pyörien jne.), jolloin liikkujien tasoerot usein tasoittuvat ja kaikki pääsevät mukaan peliin. Näin opitaan ja kehitetään monipuolisesti eri liikkumistaitoja.
- Leikkien kohdalla ei yleensä mainita liikuntalajia, johon harjoitus sopisi. Tämä johtuu siitä, että leikkejä voidaan soveltaa käytännössä lähes mihin tahansa lajiin lisäämällä tehtäviksi liikkeiksi **lajinomaisia liikkeitä** ja käyttämällä **lajinomaisia välineitä**. Tämä tukee myös uuden ops:n ajatusta siitä, että tunnit painottavat liikuntataitojen oppimista eivätkä lajeja.
- Monia leikkejä voi vaikeuttaa laittamalla pelialueelle **lisätehtäviä**, kuten aitojen ylityksiä ja alituksia tai kuperkeikkojen tekemistä patjalle. Lisäksi peleissä voidaan ottaa käyttöön esimerkiksi **useampi pallo**, jotta liikettä ja välinekosketuksia tulee kaikille enemmän.
- Kaikki leikit soveltuvat myös ryhmäyttämiseen ja ryhmätyötaitojen kehittämiseen. Kaikissa leikeissä ollaan tavalla tai toisella **vuorovaikutuksessa** pareittain tai joukkueina.
- Leikit on suunniteltu **ympäristölähtöisesti** eli ne soveltuvat mahdollisimman moneen erilaiseen liikuntaympäristöön: saliin, kentälle, jäälle, veteen ja lumelle.