

Lõbusad tegevused voldikmattide ja nuudlitega

LIISU 2023

Karl Sults
liikumisõpetaja
Soinaste lasteaed Laululind

Voldikmatid

1. Mati ümber jooksud/hüpped. Märguande peale matile jõudmine (erinevad asendid)
2. Sulghüpped matil (erinevad hüppekombinatsioonid)
3. Mati pööramine/viskamine varvastega. Hiljem ka lisandub matile hüpe
4. Erinevad üle hüpped hoides käsi matil
5. Hundiratta/ratas kõrvale harjutused
6. LM „Pauk“ – kõik lapsed jooksevad ringi, matid käes. Märguande peale löövad matid maha poisid. Tekkinud paugu peale peavad tüdrukud üles hüppama, nagu nad oleksid ehmunud. Mäng jätkub aga siis löövad mati maha tüdrukud ja poisid siis hüppavad. Variatsioonina saab hüüda ka laste nimesid, kes siis mati maha lööb.
7. LM „Ilutulestik“ – Kõik lapsed liiguvad kokkulepitud viisil ja märguande peale hakkavad kõik matte vastu maad lööma.
8. Omal matil tõkkehüpped:
 - Voldikmatt tehakse lahti ja meisterdatakse valmis endale tõke.
 - Voldikmatist tehakse valmis kaks tõket.
 - Sõprade tõketest ülehüpped
9. Hüppemustrid – õpetaja jagab lapsed paari või kolmikutesse. Igale grupile antakse paber kuhu on märgitud hüppemuster, mida kõik lapsed peavad läbi hüppama.
10. LM „Peitus“ – matid asetakse püsti seisma ja muusika saatel joostakse mattide vahel ringi. Märguande peale peab minema mati taha peitu.
11. LM „Sõbrale külla“ – sama mõte nagu peituse mängus, aga nüüd läheb mati juurde 2-3 last, kes siis tõmbavad mati otsad omavahel kokku ja on nagu majas sees.
12. LM „Viineripirukas“ – reageerimismäng. Lapsed liiguvad ringi ja kui mängujuht hõikab viineripirukas, siis lapsed otsivad mati ja rullivad end sinna sisse. Märguande peale rullivad end lahti ja jooksevad edasi.
13. LM „Maja või naaber“ – iga laps on oma matist tehtud majas. Liikumine käib koos matiga. Kui mängujuht hõikab „Maja“ siis lapsed jäävad seisma ja poevad oma majakesse peitu. Kui mängujuht hõikab „Naaber“ siis peavad lapsed vahetama oma maja ja võtma endale uue mati majaks.

Nuudlid

1. Nuudlijooks – jookse nuudlite vahel, hüpped üle nuudlite.
2. Nuudlil kõndimine
3. LM „Haara nuudel“ – lapsed jooksevad nuudlite vahel. Märguande peale haaratakse nuudlid maast ja pannakse nuudliga jooksu. Need lapsed kes nuudlit ei saanud, üritavad nuudlit teistelt lastelt kätte saada. Teise märguande peale viskavad lapsed nuudlid minema ja jooksevad edasi rahulikult kuni tuleb jälle uus märguanne.
4. LM „Nuudlitõmme“ – kaks last hoiavad nuudli ottest kinni ja hakkavad märguande peale tõmbama nuudlit endale. Kes kätte saab tõstab nuudli võidu tähistamiseks pea kohale ja siis annab paarilisele tagasi. Uus võistlus hakkab siis uuesti pihta. Joosta eest ära ei tohi. Mäng kestab nii kaua kuni õpetaja soovib või näiteks 3 võiduni.
5. LM „Aarde kaitsmine“ – kolmiku peale on üks nuudel. Nuudliga laps saab olla esimene kaitsja. Aardeks sobin iga asi (koonud, oakott, pall). Kaks teist last proovivad korda mööda aaret kätte saada, ilma et aardekaitsja saab teda puudutada nuudliga. Kes saab aarde kätte, on uus aarde kaitsja.
6. LM „Vehklemine“ – lapsed on paarides ja imiteerivad päris vehklemist. Eesmärgiks on saada puudutatud teise lapse naba. Vaba käega võib ennast ka kaitsta. Mäng kestab 2 tabamuseni ja siis vahetatakse paare.
7. LM „Tolmuimeja 2.0“ – juhtmängijal on 2 nuudlit ja tema on robottolmuimeja. Lapsed ei tohi nuudlitega pihta saada. Kui laps saab pihta, siis õpetaja lepib kokku mida peaks tegema, et mängu saaks tagasi tulla. Saali suurusest oleneb mitu tolmuimejat ma kasutan.
8. LM „Odavise“ – lapsed imiteerivad odaviset, visates üle neile ette pandud nõõri.
 - 8.1. Oda viskavad kõik ja jooksevad oma odale ise järgi
 - 8.2. Jagatakse lapsed 2 võistkonda ühed viskavad, teised toovad tagasi.
 - 8.3. Viimast harjutust saab ka kiirusele teha. Viskajad proovivad nii kiiresti visata nuudleid, et kõik nuudlid oleksid teisel pool.
9. LM „Ei taha palli“ – saal jagada pooleks. Pallimere pallid saalis maas ja nuudlitega hakkavad lapsed lööma palle teisele poole.
10. LM „Saba vargus“ – peaaegu kõikidel lastel on nuudel, mille nad sabaks panevad. Need kellel ei ole saba, päevad endale saba saama, püüdes teistelt sabasid ära võtta.
11. LM „Nuudlikull“ – Klassikaline kullimäng ainult nuudliga.
12. LM „Haamrikull“ – nuudel on mängult haamer. Mäng käib seni kuni kõik naelad on maa sisse löödud või ette antud aeg saab läbi. Kui laps saab nuudliga pihta esimene kord, siis jookseb ta edasi pool kükkis. Kui saab teise korra veel pihta, siis istub maha.
13. LM „Autopesula“ – 4 last on nuudlitega pesula. 2-4 lapsel võiks olla (pori)pallid. Märguande peale hakkavad lapsed (autod) liikuma ja poripallidega lapsed ajavad neid taga ja proovivad autosid mustaks teha. Kui auto saab mustaks, siis tuleb pesulasse kus tuleb siis teha kokkulepitud harjutus ära samal ajal kui 4 last nuudlitega üritavad sind puhtaks pesta.