



Kattikierros on toiminnallinen rata noin alakouluikäisille. Voit ottaa kaikki pisteet tai valita sopivimmat ryhmällesi. Alla on kuvattu pisteet ja niihin tarvittavat välineet.

Pisteet

Liikkuminen eri tyyleillä (onnistuu yksin)

Välineet: matto tai patja

Pujottelurata (onnistuu yksin)

Välineet: merkkaukartiot tai muu vastaava

Kaverikuva (kaveri tai ryhmä)

Välineet: rekvisiittaa ja oma puhelin/kamera

Pyykkipojat karkuteillä (kaveri ta ryhmä)

Välineet: pyykkipoikia

Ämpäripyramidit (onnistuu myös yksin)

Välineet: ämpäreitä

Tarkkuusheitto Mөлkyillä (onnistuu myös yksin)

Välineet: Mөлky tai esim. vedellä täytettyjä muovipulloja

Jonglööraus (onnistuu yksin)

Välineet: jonglööripalloja tai esim. tennispalloja

Peili (kaveri tai ryhmä)

Kehonosakirjain (kaveri tai ryhmä)

Rytmit (kaveri tai ryhmä)

Hyppeily (onnistuu yksin)

Välineet: vanteita

Sanomalehtilautta (ryhmä)

Välineet: sanomalehtiä

Sukellus (onnistuu yksin)

Välineet: vanne tai venyvä kangaslenkki



Kattikierroksella on 13 pistettä, jotka saa kiertää haluamassaan järjestyksessä. Jotkut pisteet voi tehdä yksin, mutta kierros kannattaa tehdä pienissä porukoissa.

Pisteet

- Liikkuminen eri tyyleillä *(onnistuu yksin)*
- Pujottelurata *(onnistuu yksin)*
- Kaverikuva *(kaveri tai ryhmä)*
- Pyykki pojat karkuteillä *(kaveri ta ryhmä)*
- Ämpäripyramidit *(onnistuu myös yksin)*
- Tarkkuusheitto Mölkyillä *(onnistuu myös yksin)*
- Jonglööraus *(onnistuu yksin)*
- Peili *(kaveri tai ryhmä)*
- Kehonosakirjain *(kaveri tai ryhmä)*
- Rytmit *(kaveri tai ryhmä)*
- Hyppeily *(onnistuu yksin)*
- Sanomalehtilautta *(ryhmä)*
- Sukellus *(onnistuu yksin)*

LIKKUMINEN ERI TYYLEILLÄ (onnistuu yksin)

Kokeile, miten eri tyyleillä pääset liikkumaan maton päästä toiseen. Voit kokeilla karhukävelyä, rapukävelyä, kierintää, pyörintää, kuperkeikkaa, kärrynpyörää, munamieskävelyä tai vaikka parin kanssa kottikärrykävelyä.



PUJOTTELURATA (onnistuu yksin)

Kokeile, kuinka nopeasti pääset kiertämään radan pujotellen. Jos kävely ja juoksu ovat liian helppoja, voit kokeilla hyppien yhdellä jalalla, takaperin, polkalla, jenkalla, taluttaen toista jolla on silmät kiinni tai kottikärrykävelyllä kaverin kanssa. Kokeilkaa ryhmänä kädet käsissä tai kädet käsissä kulkien takaperin.



KAVERIKUVA (*kaveri tai ryhmä*)

Ottakaa porukastanne kaveri/ryhmäkuva.
Voit käyttää pientä rekvisiittaa apuna



PYYKKIPOJAT KARKUTEILLÄ (*kaveri tai ryhmä*)

Kiinnittäkää 5 pyykkipoikaa vaatteisiinne. Pyykkipojista ei saa pitää kiinni. Yrittäkää sitten saada toistenne pyykkipojat itsellenne. Se, kuka saa ensin riistettyä toisilta 5 pyykkipoikaa, on voittaja. Voit käyttää askelina hyppyaskelta, polkkaa tai vaikka laukkaa.



ÄMPÄRIPYRAMIDIT (*onnistuu myös yksin*)

Kuinka korkean pyramidin saatte kasattua
ämpäreistä niin, ettei se kaadu.



TARKKUUSHEITTO MÖLKYILLÄ (onnistuu myös yksin)

Kokeilkaa kuka on porukan tarkin?

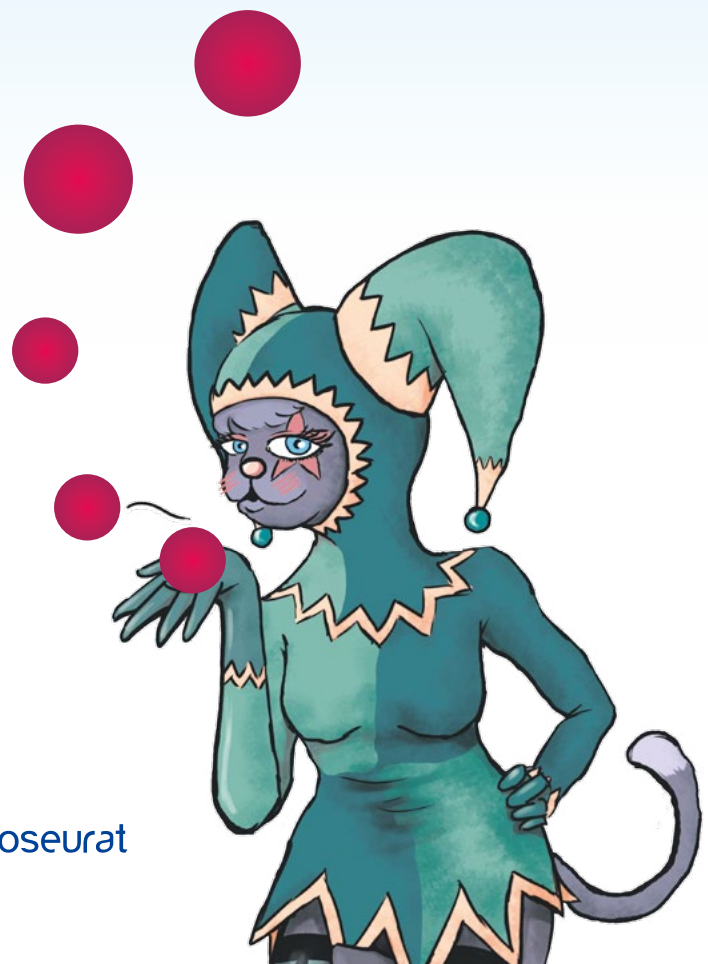
Saatteko keiloja kaatamaan yksi kerallaan? Nimeä ensin keila, jonka aiot kaataa. Kokeile sitten onnistuuko? Saitko muut keilat pysymään pystyssä? Kokeile, saatko keiloja kaatamaan numerojärjestyksessä. Nosta lopuksi kaikki keilat pystyyn seuraavaa heittäjään varten.



JONGLÖÖRAUS

(onnistuu yksin)

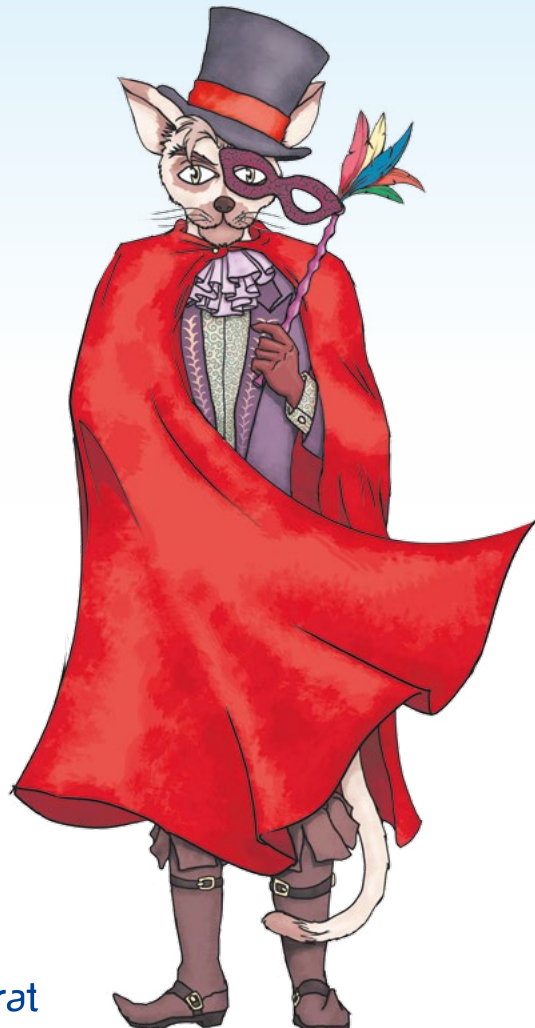
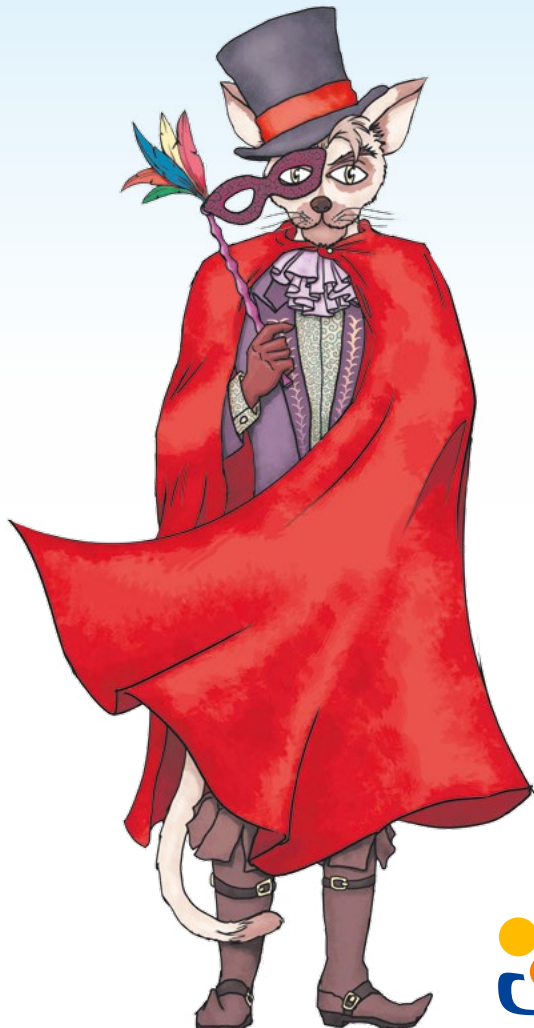
Onnistuuko jonglööraus? Kokeile ensi yhdellä pallolla heittää kädestä toiseen. Kun se onnistuu, kokeile heittää heittää jalan alta kädestä toiseen. Voit kokeilla heittää myös toisen käden alta käteen. Miten eri tavoilla pystyt yhtä palloa heittämään niin, että saat sen itse kiinni? Voit kokeilla myös kaverin kanssa heittää palloa. Heitätte yhtä aikaa pallot ja koitatte ottaa kiinni. Kun heittely onnistuu yhdellä pallolla, voitte ottaa mukaan toisen ja kolmannenkin pallon.



PEILI

(kaveri tai ryhmä)

Seiso vastakkain kaverin kanssa. Kaveri rupeaa liikuttamaan käsiään ja olet hänelle peilinä eli matkit kaikkea, mitä kaveri tekee. Tärkeää on säilyttää koko ajan katsekontakti. Liikuttaa voi käsiä, jalkoja, nenää jne. Voit esittää myös esim jotain ammattia, eläintä tms, jonka peilinä olevan tulee arvata



KEHONOSAKIRJAIN (*kaveri tai ryhmä*)

Kirjoita omalla kehollasi sana VOLTTI.
Muodosta ensin kirjain V, sitten O, Sitten L jne. Jos olette ryhmänä, voitte kerralla kirjoittaa koko sanan. Keksikää joku uusi sana, ja kirjoittakaa se. Kokeilkaa, mikä on hankalin aakkosista tehdä omalla keholla?



RYTMIT

(kaveri tai ryhmä)

Seiskää vastakkain tai piirissä. Yksi valitaan rytmin tekijäksi.
Hän tekee rytmin, jonka muut toistavat. Rytmin tekijää
vaihdetaan niin että kaikki saavat vuorollaan olla rytmin tekijöitä.



HYPPELY

(onnistuu yksin)

Lattialla on vanteita. Kokeile hyppiä vanteesta toiseen tasajalkaa ilman, että tarvitsee koskea muuten lattiaan. Kokeilkaa ryhmässä, kuinka nopeasti pääsette koko porukka vanneradan läpi niin, että vanteessa saa olla vain yksi henkilö kerrallaan.



SANOMALEHTILAUTTA (ryhmä)

Ryhmän tehtävän on päästä viivalta toiselle koskematta kertaakaan lattiaan sanomalehtiä apuna käyttäen.



SUKELLUS

*(onnistuu yksin, pareittain
tai ryhmässä)*

Kokeile, kuinka nopeasti onnistut pujottamaan renkaan itsesi läpi alhaalta ylöspäin tai ylhäältä alaspäin. Kokeile samaa parisi kanssa, kuinka nopeasti saat parisi kulkemaan renkaan läpi. Mitenkäs nopeita olette ryhmässä?

