

PALLOJUMPPA neulotuilla palloilla

Jaa jokaiselle pallo heittämällä kaikkien syliin pehmeä koppi.

Jos pallot ovat erilaisia, voi jokainen osallistuja valita mieleisensä.

Toista kaikkia liikkeitä kunnon mukaan.

1. Pidä pallo käsien välissä. Kurkota eteenpäin ja tuo takaisin rinnalle. Toista.
2. Vie palloa molemmin käsin vasemmalle kauaksi, rinnalle, oikealle kauaksi.
3. Vie palloa yhdellä kädellä vasemmalle kauaksi, rinnalle, oikealle kauaksi. Sama toisella kädellä.
4. Pidä pallo oikeassa kädessä ja kosketa sillä lattiaa. Vaihda vasempaan käteen ja kosketa lattiaa.
5. Vie pallo vuorotellen kummankin jalan alta kädestä toiseen.
6. Laita pallo polvien väliin, pidä tuolista kiinni ja oikaise jalat eteen. Pallo pysyy?
7. Nosta pallo kaksin käsin kohti kattoa.
8. Ota pallo oikeaan käteen. Kosketa sillä oikeaa olkapäätä, vasenta polvea, oikean jalan varpaita, uudestaan oikean jalan varpaita, vasenta polvea, oikeaa olkapäätä. Oikaise selkä ja toista. Vaihda pallo vasempaan käteen: vasen olkapää, oikea polvi, vasemmat varpaat...
9. Pidä pallo oikeassa kädessä ja piirrä sillä edessä isoa makaavaa kahdeksikkoa. Sama vasemmalla kädellä.



MUISTIPELI

Jumpan päätteeksi voi palloilla pelata muistipeliä.

Pallot järjestetään pöydälle tai lattialle. Osallistujat katsovat niitä hetken ja laittavat silmät kiinni. Ohjaaja poistaa pallon tai pari ja osallistujat yrittävät muistaa, mikä pallo puuttuu. Nimikkopalloista voi koittaa muistaa, kenen pallo puuttuu.



Muistipelinä toimii sekin, jos kaikki ensin heittävät pallonsa ringin keskellä olevaan ämpäriin ja sitten pitää osata nostaa ämpäristä juuri se oma pallo.

Neulepallujen valmistus sopii vapaaehtoistehäväksi. Malleja on kymmeniä erilaisia ja kun siihen lisää eri väri vaihtoehtoja, on mahdollisuus satoihin erilaisiin palloihin. Vahvikkeen käsitysohjeista löytyy myös erittäin helpon neulotun pallon ohje.

Tästä saa kausijumpan, kun käyttää ajankohtaan sopivia palloja:

Kesä kirkkaat värit pallot aiheina linnut, kukat, aurinko

Syksy ruskan väriset lehdet, vesipisarot, harmaat pilvet

Talvi punaiset tontut, vihreät kuuset, valkoiset lumitähdet, lumiukon pää,

Kevät vaalean vihreät lehdet, rairuoho, tiput, pääsiäismunat