Kuntopiiri on harjoitusmenetelmä, jossa tehdään useita harjoituksia peräkkäin ilman lepoa. Kirjallisuuskuntopiirissä lapsia haastetaan kirjainten ja kirjoittamisen, liikkeen ja ympäristötaiteen elementtien avulla.

- Järjestä harjoitukset koulun pihalla: tulosta kuvia ja valmistele mahdolliset materiaalit.
- Oppilaat voivat tehdä osan harjoituksista itse taukojen aikana, kun taas osa vaatii vetäjää. Suosittelemme, että oppilaat jaetaan pienempiin ryhmiin, joissa kussakin on noin 4 osallistujaa.

1. **Kokoa kirjaimesi tai nimesi** luonnosta löytyvien materiaalien avulla. Huom! Ympäristötaide on usein katoavaa, niin myös nämä kirjaimet. Seuraava kuntopiiriryhmä saattaa tarvita kävyn tai kepin lainaan kirjaimestasi.

2. **Terävöitä aistisi**

   Rajaa noin 5x5 metrin kokoinen alue. Kaikki oppilaat seisovat alueella ja katsovat ympärilleen. Mitä he näkevät? Mitä he tuntevat? Miltä tuoksuu? Kirjoittakaa tai kertokaa toisillenne vuorotellen. Kaikki sanovat yhden asian kerrallaan.

3. Aarteenetsintää!

Etsikää luonnosta kuvia vastaavia esineitä ja materiaaleja.

- Kirjoita kuvapaperille ”Aarteenetsintä”.
- Leikkaa kuvat irti, päällystä halutessasi muovilla ja pane ne sopivaan purkkiin tai laatikkoon.
- Jokainen ryhmäläinen ottaa purkista kuvan, ja lähtee koulun pihalle aarteenetsintään. Sieltä voi löytyä esine, jonka voi tuoda takaisin luokkaan, tai esine, jonka voi osoittaa muille, esim. suorakaiteen muotoinen talo.
- Toistakaa niin monta kertaa kuin haluatte.

4. Hyppikää narua ja lukekaa loruja

Harjoitelkaa rytmiä ja riimitystä. Käyttäkää esim. näitä loruja, tai muita, joita osaatte.

On nalle puh-puh-puh

on nalle ti-ti-ti

on nalle puh

on nalle ti

on nalle pop-cor-ni!

Jänis tiellä hyppi, hoppeli hopp

selleriä nyppi, hoppeli hopp.

Osti kardemummaa, hoppeli hopp

ja pippuria tummaa, hoppeli hopp.

Muisti hauskan seikan, hoppeli

teki kuperkeikan, hop!

Entten tentten teelika mentten,

hissun kissun vaapula vissun,

eelin keelin klot,

viipula vaapula vot,

Eskon saum, pium paum,

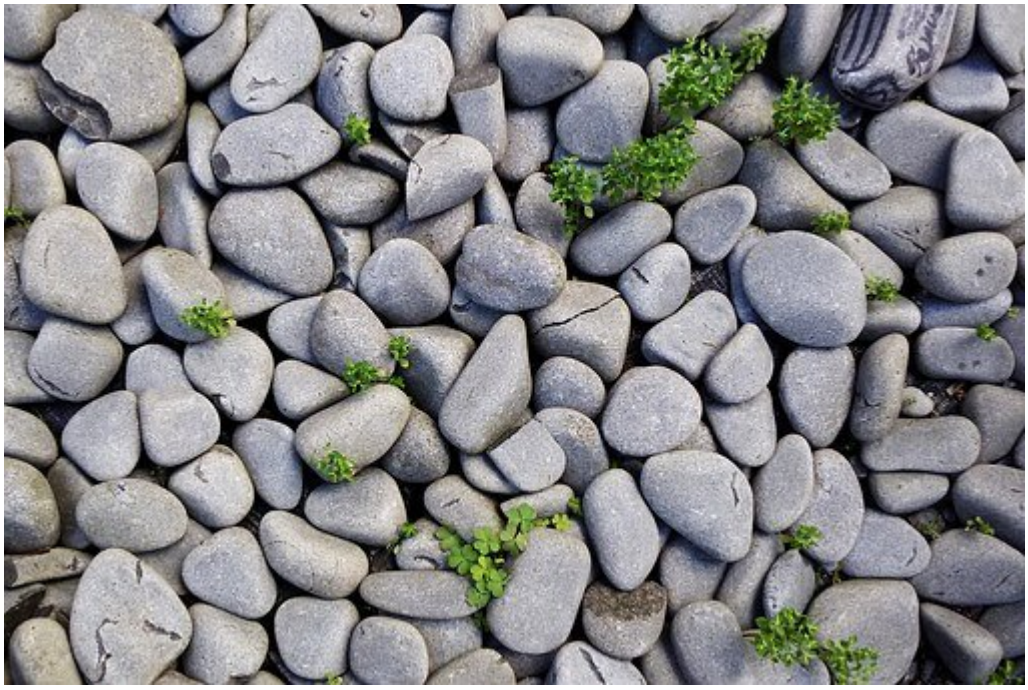
nyt mä lähden tästä pelistä pois.

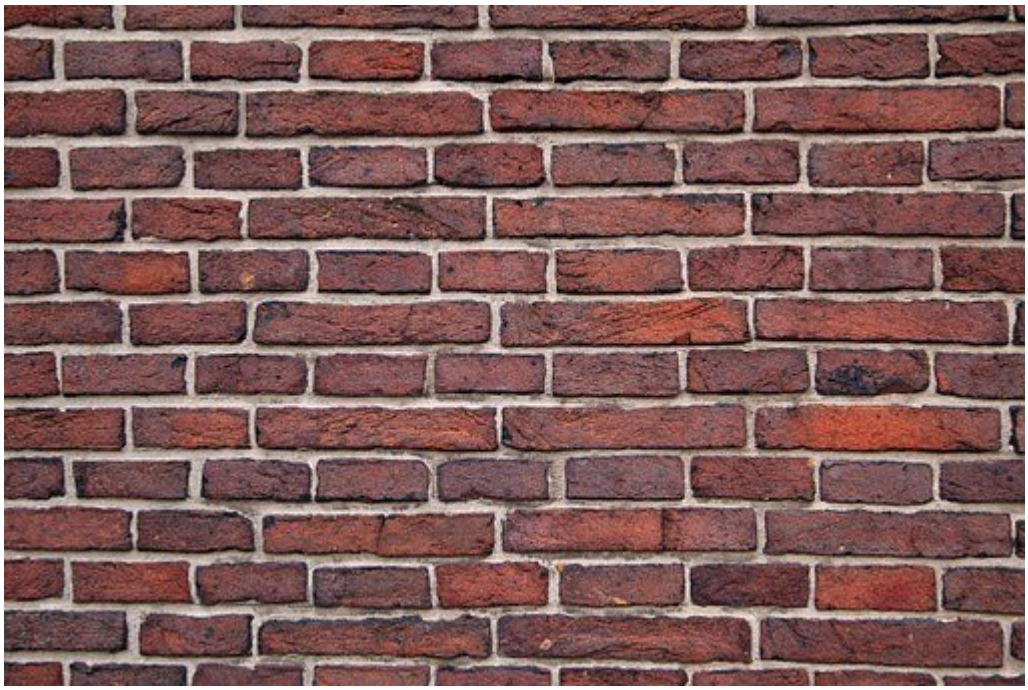
Puh pah pelistä pois!

5. Tunteet

- Tulosta adjektiiviluettelo, leikkaa ja päällystä tarvittaessa muovilla. Halutessasi voit myös pujottaa lappuun narun niin, että sen voi ripustaa.
- Jaa yksi adjektiivi lasta tai lapsiryhmää kohti. Lukekaa laput ja miettikää yhdessä, mitä sana tarkoittaa.
- Pyydä lapsia kävelemään koulun alueella ja merkitsemään paikka tai esine, joka heidän mielestään vastaa lapussa olevaa sanaa.
- Käykää lopuksi kaikki kuvaukset yhdessä läpi.

Bilder/Kuvat: https://pixabay.com/fi/





12:23
Monday, July 29
slide to unlock

TUNNESANAT

https://ryhmarenki.fi/tunnesanat/

malttamaton	mietteliäs	ristiriitainen
odottava	motivoitunut	innostunut
huojentunut	arvostettu	seikkailunhaluinen
jumiutunut	energinen	epävarma
sekava	hyväksytty	jännittynyt
kriittinen	kyllästynyt	määrätietoinen
päättäväinen	neuvoton	onnellinen
pettynyt	levollinen	sitoutunut
stressaantunut	tyytyväinen	ulkopuolinen

virkistynyt

ahdistunut

yksinäinen

yllättynyt

voimaantunut

väsynyt

ärtynyt

kauhistunut

liikuttunut

rauhallinen

iloinen

surullinen

kaoottinen

kiireinen

luova

levoton

nuutunut

nuorentunut

luova

levoton

onnistunut

nöyrä

luottavainen

villiintynyt

elinvoimainen