



## Maila Tuli Taloon -opettajankoulutus

Lisää harjoitteita, valmiita tuntuunnetelmia sekä **tiedot mailapelien kouluvälineistä** löydät sivustolta: [www.mailapelit.fi](http://www.mailapelit.fi)

### Alkulämmittelyt:

**Samaa tahtia -juoksu:** Pelaajat ovat rivissä, yhdellä on kädessä pallo. Pallollinen pelaaja määrää juoksuvauhdin, hidas, nopea, eteen, peruuttaen, sivulaukkaa (koko rivi nenät aina samaan suuntaan). Pallo tai sulka siirtyy aina seuraavalle, jolloin tahdin määrääjä vaihtuu.

**Kulmakisa -juoksu:** Pelaajat ovat vastakkain molemmat omalla neli- tai kolmikulmaisella pelialueellaan. Toinen johtaa ja käy kasvot koko ajan kohti toista koskettamassa pelialueen kulmia ja toinen seuraa samaan kulmaan peilikuvana. Saa hämätä. Korkeat tötsät etukentän kulmissa estävät päiden kolahtelut yhteen.

**Ylös penkiltä:** Pelaajat jaetaan kolmeen jonoon, joiden ensimmäisenä on aina tuoli. Pelaajat istuvat aivan tuolin reunalla, paino jaloilla. Ope heittää palloja ja sanoo heittäessään/tiputtaessaan sen jonon numeron, jossa istujan kopattavaksi pallo on tarkoitettu. Heitot kaaressa sopivasti sivuun. Kopin jälkeen pelaaja tuo pallon koppaan. Koppaamaan irronneen pelaajan tilalle heti uusi istuja.

Harjoitteen voi tehdä myös niin, että jonossa toisena olija heittää pallon kaaressa istujan yli. Istuja koppaa pallon ja palaa pallo kädessä jonoon. Heittäessä on hyvä päästää selkeä äänimerkki ja istujan kannattaa katsella ylöspäin.

**Käsi tai maila väliin -reaktioharjoitus:** Tiputtaja seisoo "kädet siipinä sivuilla" kämmenet ylöspäin, pallo kummankin kämmenen päällä. Toinen on valmiusasennossa tiputtajan edessä, noin pitkän askeleen päässä palloista. Äänimerkin päästäen tiputtaja päästää toisen pallon putoamaan suoraan alaspäin. Toinen pelaaja reagoi ja yrittää koskea kädellä putoavaan palloon mahdollisimman nopeasti (reaktio) tai ottaa sen kopiksi (käsien hienomotoriikka). Maila mukana: reagoijalla on kädessä maila ja hän yrittää saada mailansa väliin joko ennen kuin pallo/sulka putoaa maahan tai helpotettuna yhdestä pompusta.

**Pomputtelut ja tempot:** Kämmenpuoli, rystypuoli, puolet vuorotellen, istumassa ja selällään käynti, pukkaus otsalla, pallo mailalla kopiksi, pyöriminen ympäri pallo mailalla, pallon nosto maasta mailalla (maila+jalka paikaltaan ja liikkeestä, mailalla pomputtelu, mailalla vierittäen, mailalla koukaten) jne.

**Pomputtelupelit:** Eri kokoisia kenttiä, lyönnit vuorotellen ja aina mailasta ylöspäin, esim. minimissään polven/lantion/pään (sulkis) korkeudelle. Sulkapallo vaatii hieman suuremman alueen, muuten esim. 1 m x 1 m kenttäkin riittää. Squashissa alue merkitään seinään (vähintään verkkoviiva määräämään lyönnin korkeutta) tai sekä seinään että lattiaan. Tenniksen soft-palloilla peli onnistuu ilman mailaakin. Turnaus: Monia pikkukenttiä eri välineillä, pelit esim. 3 pisteeseen, minkä jälkeen välineet jätetään kentälle ja etsitään uusi vastustaja uudelta pelialueelta.

## Pelit:

Mailapeleissä paljon käytettyjä pelisysteemejä. Alleviivatut peli-ideat on kuvattu [www.mailapelit.fi](http://www.mailapelit.fi)-sivustolla alleviivatuissa lajeissa (lajin nimi on linkki videoon), mutta soveltuvat sellaisinaan tai pienin muokkauksin myös muihin listattuihin lajeihin.

**Pallottelupeli:** Pallotellaan sovitulla alueella ja lasketaan onnistuneita lyöntejä. Pallon päättyessä pelaaja, joka ei tehnyt virhettä (eli pallon voittaja), saa kertyneen lyöntimäärän verran pisteitä. Uusi pallo aloitetaan taas nolasta laskien ja pallon päättyessä lyöntimäärän mukaiset pisteet menevät pallon voittavalle pelaajalle, jonka pistesaldoon määrä summataan. Pelataan pelaajien tasosta riippuen esim. 15, 30 tai 50 pisteeseen tai aikapelinä. Voidaan sopia, että esim. alle 2 lyönnin palloja ei lasketa kummallekaan.

Soveltuu: pingis, sulkis, squash, tennis

**Neljä ruutua -pomputtelupeli:** Tehdään neliruutuinen pelialue (pingispöytä, tenniksen syöttöruudut tai esim. liitukenttä pihalle). Jokaisessa ruudussa on pelaaja, jonka vuoro lyödä on aina, kun pallo pomppaa hänen ruudussaan. Myös ilmapalloilla on hyvä pelata. Pallon saa lyödä mistä tahansa ruudusta mihin tahansa ruutuun. Palloa lyödään aina mailasta ylöspäin, pompautuksille määrätään minimikorkeus (esim. polvi/lantio). Sulkapallossa pallo lyödään ilmasta ja pallon on lennettävä yli pään korkeuteen. Pelaaja tippuu pelistä esim. 3 virheestä, jolloin hänen ruutunsa poistuu käytöstä tai tilalle tulee uusi pelaaja.

Soveltuu: pingis, sulkis, squash, tennis

**Kunkku/hallitsija:** Toisella puolella kenttää on yksi kunkku, toisella haastajat, jotka pyrkivät kunkun paikalle voittamalla sovitun määrän pisteitä (1–3 pistettä). Jos haastaja häviää pallon, hän menee jonoon odottamaan seuraavaa vuoroaan. Jos haastaja voittaa pisteen, hän pääsee kunkuksi tai saa jatkaa peliä, mikäli kunkuksi pääseminen vaatii useamman pisteen. Aloitus kannattaa laittaa aina haastajien puolelta, odottaessa on haettava pallo valmiiksi. Aloituksen saa laittaa nopeasti heti edellisen pallon päätyttyä, hallitsijan vaihtuessa aloittaja esim. laskee 1-2-3 ennen aloitusta, jotta kunkku ehtii paikalle. Pelata voi myös nelinpelinä (tennis, sulkis, pingis). Squashissa kunkulla ei ole ”pelipuolta”: kunkku saa jatkaa peliä niin kauan, kunnes joku muu voittaa riittävästi pisteitä.

Soveltuu: [pingis](#), sulkis, squash, [tennis](#)

**Karuselli/maailman ympäri/rundis:** Karusellia voi pelata ”opettajavetoisesti” tai kahden lyöntipuolen kierrolla oppilaiden kesken. Opettajavetoisessa oppilaat lyövät yhden lyönnin verkon toisella puolella pelaavalle opettajalle, minkä jälkeen he juoksevat verkon toiselta puolelta opettajan selän takaa kiertäen takaisin jonoon. Kahden puolen kierrossa molemmilla puolilla kenttää on jono. Lyönnin jälkeen pelaaja juoksee vastakkaisen puolen jonoon, lyö siellä yhden lyönnin ja vaihtaa taas kentän puolta.

Kiertosuunta täytyy molemmissa systeemeissä määrätä etukäteen. Pisteitä laskettaessa pelaaja tippuu kierrosta esim. 1–3 virheestä ja menee pelistä sivuun. Kun jäljellä on 2 pelaajaa, pelataan ilman kiertoa finaali, jonka voittaja voittaa pelin.

Soveltuu: [pingis](#), [sulkis](#), squash, [tennis](#)

**Voittaja vahvistuu:** Pelataan 3 vs. 3 joukkueissa. Peli alkaa 1 vs. 1, voittajan puolelle tulee yksi pelaaja lisää, häviäjän puolella pelaaja vaihtuu/poistuu: jos puoli, jolla on 2 tai enemmän pelaajia, häviää pisteen, kauimmin kentällä ollut pelaaja lähtee pois. Pisteet voidaan laskea ”normaalisti” (joka pallosta piste) tai siten, että joukkue voi voittaa pisteen ainoastaan silloin, kun koko joukkue on kentällä.

Kiertosysteemi kannattaa järjestää siten, että ”tuorein” pelaaja tulee aina tietyille paikalle kentällä, jolloin on helppo muistaa, kuka on ollut kentällä pisimpään ja lähtee hävityn pisteen jälkeen pois.

Soveltuu: (pingis paripelinä), sulkis, tennis

**Eestaas:** Pelataan esim. 3 vs. 3 (suuremmatkin joukkueet toimivat) jonoissa. Jokainen pelaaja lyö yhden lyönnin ja menee oman puolensa jonoon. Virheestä pelaaja menee sivuun odottamaan. Jos vastapuoli tekee virheen, kauimmin sivussa ollut pelaaja pääsee takaisin kentälle. Joukkue voittaa pisteen, kun kaikki vastapuolen pelaajat ovat virheestä sivussa.

Soveltuu: pingis, sulkis, tennis

**Superpiste:** Pelataan esim. 3 vs. 3, kentällä aina kerrallaan yksi pelaaja/puoli. Pelataan pallo normaalisti, voittaja jatkaa seuraavaan pisteeseen, häviäjän puolella pelaajan vaihto. Jos pelaaja voittaa kolme pistettä putkeen, hän voittaa ”superpisteen”, jolloin vastapuoli joutuu suorittamaan tehtävän (esim. 10 punnerrusta). Superpisteen jälkeen pelaaja vaihtuu molemmilla puolilla.

Tätä voi pelata ”kuntopiirinä”: ensimmäisestä hävitystä superpisteestä koko joukkue punnertaa, toisesta vatsat, kolmannelta selät, neljännestä jännehypyt. Pelin voittaa joukkue, joka on saanut toisen joukkueen jumppaamaan koko neljän liikkeen sarjan.

Soveltuu: pingis, sulkis, squash, tennis

**Neljän pallon kierto:** Tämä kiertosysteemi on hyvä, kun kentällä on useampia pelaajia/pelipareja, mutta tahdotaan silti pelata pisteitä koko kentällä. Pelaaja/pari pelaa neljä pistettä, minkä jälkeen vaihtaa toiselle puolelle kenttää ja pelaa siellä jälleen neljä pistettä jne. Pelaaja/pari laskee koko ajan omat voitettut pisteensä. Pelin voittaa se, joka pääsee ensimmäisenä 10 pisteeseen tai jolla on aikarajan päättyessä eniten pisteitä.

Kierto syntyy siitä, että koko pelisysteemin aloittavista pelaajista/pareista *toinen pelaa ensimmäisellä pelivuorollaan vain kaksi pistettä*, minkä jälkeen vaihtaa toiselle puolelle kenttää ja pelaa jatkossa normaalisti neljä palloa/kenttäpuolisko. Näin vastustaja vaihtuu kahden pisteen välein ja odotusaika kenttäpuolta vaihdettua on lyhyt. Kierto onnistuu myös esim. kahdella pallolla, jolloin aloittavista pelaajista/pareista toinen pelaa ensimmäisellä vuorollaan vain yhden pisteen.

Mitä pitää muistaa? Pelaa neljä pistettä ja vaihda puolta pelikentällä. Laske omat voitettut pisteet.

Soveltuu: pingis, sulkis, squash, tennis

**Possujuna:** Opettajavetoisesti pelataan siten, että opettaja heittää/lyö palloa oppilaille, jotka lyövät aina yhden lyönnin ja palaavat jonoon. Epäonnistuneesta lyönnistä lyöjä menee kentän keskivaiheille istumaan. Kun istujia tulee lisää, kentälle muodostuu jono eli possujuna. Opettaja saa pisteen, kun kaikki pelaajat ovat istumassa/ope osuu possujunassa istuvaan pelaajaan pallolla. Istujat saavat väistellä palloa, mutta eivät nousta ylös tai lyödä palloa. Joukkuekisana peli vaatii jo pallonhallintaa sekä tolkkua. Joukkueet koittavat saada koko vastajoukkueen junaan istumaan tai osua lyönnillä vastustajan istuviin pelaajiin, jotka saavat väistellä palloa. Toimii vain ryhmillä, jotka hahmottavat, ettei istujia päin saa lyödä silmittömästi. Pehmopallot toimivat tässä hyvin.

Soveltuu: tennis

Muita pelisysteemejä: [penkki-peli](#), [kukkulan kuningas](#), [divari](#)

IDEOITA:



#### Kultarannan koulu, Naantali:

Itse puutyössä tehdyt ja kuviksessa koristellut vanerimailat, asfalttiin maalattu kenttä ja pehmopallot – vain verkko puuttuu!



#### Lyseon koulu, Pori:

Välkkärioppilaat seinäsquashin ja neljän ruudun pomputtelupelin kimpussa koulun asfalttipihalla. Kenttien rajat on piirretty liidulla.

