

MAILAPELITUNTI 4.–6.-luokka



1 PALLOPYRAMIDIKEILAUS LÄMMITTELY, KESTO: 10 MIN

Taito: lyönnin suuntauksen pohja – vierittävä käsi seuraa palloa sinne suuntaan, minne vierittäjä haluaa pallon menevän

Välineet: palloja, joita voi vierittää, maaleiksi pallopyramidi, tötsiä tai sulkia

Harjoitteen kulku:

1. Yksin: Jokaisella oppilaalla on oma pyramidi. Pyramidi koitetaan kaataa sovitun viivan takaa alakautta vierittämällä. Jos pallo menee ohi pyramidin, se haetaan juosten ja vieritetään uudelleen vastakkaisen puolen viivalta.
2. Pareittain: Pari seisoo vastakkain yhtä kaukana keskelle sijoitetusta pyramidista, jota yritetään vierittää kumoon.
3. Pelinä: Kuka/ketkä kaatavat pyramidinsa nopeimmin kolme kertaa?
4. Vaikeutus: Parin kanssa, molemmilla oma pyramidi. Parit kaatavat toistensa pyramideja heitoilla/lyönneillä ilman verkkoa tai verkon yli.

[Video: vierittelykeilaus](#)

2 MAILA VÄLIIN! REAKTIOHARJOITUS, KESTO: 5 MIN

Taito: valmiusasento, ärsykereaktio, silmä-käsi-koordinaatio

Välineet: palloja tai sulkia, mailoja

Harjoitteen kulku: Mailaton oppilas seisoo noin mailan mitan verran mailallisen oppilaan edessä pallo tai sulka molemmissa käsissä, kädet suorina sivuilla. Mailallinen pelaaja on valmiusasennossa, kättelyote mailasta. Mailaton pelaaja tiputtaa toisen palloista/sulista suoraan alaspäin irrottamalla otteen tai vippaamalla palloa vähän ylöspäin, ei paiskaamalla palloa maata kohti, ja päästää samalla pienen äänimerkin. Mailallinen pelaaja reagoi tiputukseen ja yrittää saada mailansa väliin ennen kuin pallo/sulka putoaa maahan. Helpotetusti maila yritetään saada väliin yhden pomppun jälkeen.

Sovellettavissa: Tämän voi tehdä ilman mailoja – käsi väliin ennen pomppua tai yhden pomppun jälkeen.

[Video: Maila väliin! -reaktioharjoitus](#)

[Video: Käsi väliin! -reaktioharjoitus](#)

3 POMPUTTELUT + VERKOTON POMPUTTELUPELI VÄLINEET HALTUUN, KESTO: 15 MIN

Taito: välineenhallinta, parityöskentely

Välineet: maila, pallo/sulka, pieniä rajattuja pelialueita

Harjoitteen kulku:

1. Pallon/sulan pomputtelu mailalla ylöspäin: maila – lattia – maila – lattia tai pelkästään mailalla ilmassa. Kokeile temppeja: istumassa käynti, kosketus maahan pomppujen välissä jne.
2. Pelinä: Pelaajat lyövät vuorotellen palloa suoraan ylöspäin noin 1–2 m² kokoisella pelikentällä (sulkapallossa hieman isompi). Pallo katkeaa normaalisti: lyönti yli rajojen, liikaa pomppuja jne. Vaihtoehtoisesti molemmilla pelaajilla voi olla oma ruutu, johon toisen on osuttava.

[Pomputtelut \(sulkis\): Edestä-takaa-jalkojen välistä](#)

[Video: pomputtelut eri välineillä
kämmen-rysty ja vuorotellen](#)



[Video: Paripomputtelut](#)



4 LYÖMÄÄN!

LYÖNTIHARJOITTEET, KESTO: 15 MIN

Taito: välinehallinta, yhteistyötaidot, aloituslyönti, heitto alakautta

Välineet: Maila, pallo/sulka, verkko/seinäpaikka

Harjoitteen kulku:

1. Pari on vastatusten eri puolilla verkkoa/ vierekkäin seinäpaikan edessä. Pallo/sulka tiputetaan aina vartalon eteen lyöntisuunnassa. Tiputuksesta lyönti parille (squash seinän kautta), joka ottaa kopin mailalla tai mailalla ja kädellä ja lyö pallon samalla tavalla takaisin. Tiputus oman vartalon eteen irrottamalla sormet pallosta, ei heittämällä/paiskaamalla palloa maata kohti.
2. Pari heittää pallon alakautta lyöjälle, joka lyö takaisin kopiksi heittäjälle. Esim. 5 heitto-koppi-onnistumista kämmenpuolelta ja heittäjän vaihto. Sitten sama rystyltä (tenniksen rystyssä kaksi kättä). Heitto lyöjän eteen.

[Video: Heitto-lyönti-koppi](#)
[Squash: syöttö ja palautus](#)
[Pingis: Helpotettu syöttö](#)



5 PALLOTTELUA

VÄLINEET HALTUUN, KESTO: 10 MIN

Taito: välinehallinta, lyönnin voimansäätely, laskeminen, yhteistyö

Välineet: Maila, pallo/sulka, verkko/seinäpaikka

Harjoitteen kulku:

Pallottelua verkon yli tai squashissa seinän kautta vuorotellen lyöden. Lasketaan, kuinka monta lyöntiä onnistuu.

Pelisovellus: Lasketaan yhdessä lyöntimäärää. Pallon päättyessä virheeseen (verkko, lyönti rajojen yli, liikaa pomppuja) pelaaja, joka ei tehnyt virhettä, saa pallon lyöntimäärän verran pisteitä. Seuraava pallo aloitetaan taas nollasta. Pelataan aikapelinä tai tiettyyn pistemäärään.

[Video: Pallottelu ja peli verkon yli](#)
[Pingis: Pallottelu pöydällä](#)

6

PELIT PYSTYYN!

VÄLINEET HALTUUN, KESTO: 10 MIN

Taito: yhteistyötaidot, pisteidenlasku, lyönnin voimanhallinta, pelin kulun hahmottaminen

Välineet: Maila, pallo/sulka, verkko/seinäpaikka, eri kokoisia rajattuja pelialueita

Harjoitteen kulku:

Pelataan minipelejä verkon yli/seinään lyöden eri kokoisilla rajatuilla alueilla. Pelit kolmeen pisteeseen, jonka jälkeen etsimään uusi vastustaja. Vaihtoehtoisesti nelinpelejä tai mitä tahansa mailapeli.fi-sivustolta löytyviä hauskoista peleistä.

Pelimalleja:

[Squash: Peli seinän kautta](#)

[Tennis/sulkis/pingis: pyörivä kiertopeli](#)

(1 lyönti ja toiseen päähän kenttää, jossa lyönti ja taas vaihto toiseen päähän)

[Vaihtopelimalli: Divari](#)

[Pelimalli: Pisteen voittamalla kunkuksi](#)

[Raketlon-parikisa: Pallottelukisa](#)

Lisää peli-ideoita:

www.mailapelit.fi

Onko sinulla hyvä pelimalli, jonka haluat jakaa? **Ota yhteyttä:**

maria.hokkanen [a] mailapelit.fi

