

# Näin teet oman mailan ja pallon

Tarvikkeet:

- sanomalehteä
- teippiä
- muovipussi



mailan tarvikkeet

pallon tarvikkeet



## Työvaiheet maila



Taita sanomalehti

rullaa tiukasti

teippaa useasta kohdasta

## Työvaiheet pallo



ruttaa sanomalehti tiukasti



laita sanomalehtiruttu muovipussiin



sido muovipussi solmuun

Pallolla ja mailalla voit harjoitella monenlaisia taitoja:

- pallon heitto ilmaan ja lyönti mailalla
- pallon kuljetus maata pitkin mailalla
- pallon syöttely kaverin kanssa ilman mailaa
- pallon heitto ilmaan ja kiinniotto ilman mailaa
- pallolla osuminen kohteeseen (esim. seinä)
- mailalla miekkailu kaverin kanssa
- mailan kuljettaminen eri tavoin eri kehonosilla (niskassa, selän päällä, pään päällä)
- mailan päällä tasapainoilu
- mailan yli hyppiminen (tasajalkaa, yhdellä jalalla tai miten keksit)
- keksi itse lisää tapoja liikkua mailan ja pallon kanssa