

# SYYSJUMPPA LAPSILLE JA LAPSENMIELISILLE

Tulosta luvut 1–24, levitä ne esille ja pyydä osallistujia arpomaan seuraava jumppaliike. Voit myös leikata tämän tulosteen tehtävät lapuiksi.

1. Pyöri villisti kuin heijastin narussa.
2. Kipitä kuin orava ja kätke pähkinöitä.
3. Ota pari ja leiki kottikärryä.
4. Lentäkää kuin muuttolinnut parvessa.
5. Avaa sateenvarjo ja anna tuulen kuljettaa.
6. Kahlaa syksyn lehdissä.
7. Keksi lämmittävä liike.
8. Venyttele syysauringon lämmössä.
9. Kävele kuin rapu.
10. Hypi lehtikasoissa.
11. Käperry palloksi kuin siili.
12. Vedä kumpparit jalkaan ja loiskuttele lätäköissä.
13. Pimeys väsyttää. Haukottele sydämesi pohjasta.
14. Huoju kuin puu myrskyssä.
15. On kylmää ja tuulista. Hytise.
16. Haukkaat tosi isoa omenaa. Avaa suu ammolleen 5 kertaa.
17. Vedä kasvot kurttuun kuin kuivunut omena 5 kertaa.
18. Kurkottele ja poimi luumuja puusta.
19. Harpo metsässä ja loiki ojien yli.
20. Etsi suojaisa kolo ja rentoudu hetki.
21. Uuniomenat tuoksuvat. Hengitä syvään.
22. Lepata kuin syksyn lehti.
23. Sataa. Naputtele sormilla päätäsi ja hartioitasi.
24. Harjoita tasapainoa ja tee vaaka.