

KIEKKOHEITOT

RYSTYHEITTO

Peukalo on kiekon päällä, ja muut sormet ovat kiekon alapinnalla. Alapinnalla olevat sormet taivutetaan niin, että sormenpäät koskettavat kiekon sisäreunaa.

Seiso heittokäden kylki heittosuuntaan päin. Heittoliike alkaa vartalon edestä. Käsi viedään taakse samalla, kun ylävartalo kiertyy. Ranne kiertyy ikään kuin kelaten kiekon ulkoreunaan. Nyt pelaaja voi tarvittaessa ottaa askeleen eteenpäin heittokäden puoleisella jalalla.

Samalla hän siirtää painoaan heittokäden puoleiselle jalalle. Heittokäsi heilahtaa eteenpäin. Liikkeen loppuvaiheessa kiekolle annetaan tarvittava kierre terävällä ranneliikkeellä. Käden liike on tasainen, ja kiekon pitäisi olla koko saaton ajan samassa kulmassa. Irrotuksen jälkeen käsi jatkaa saattoliikettä alaviistoon.

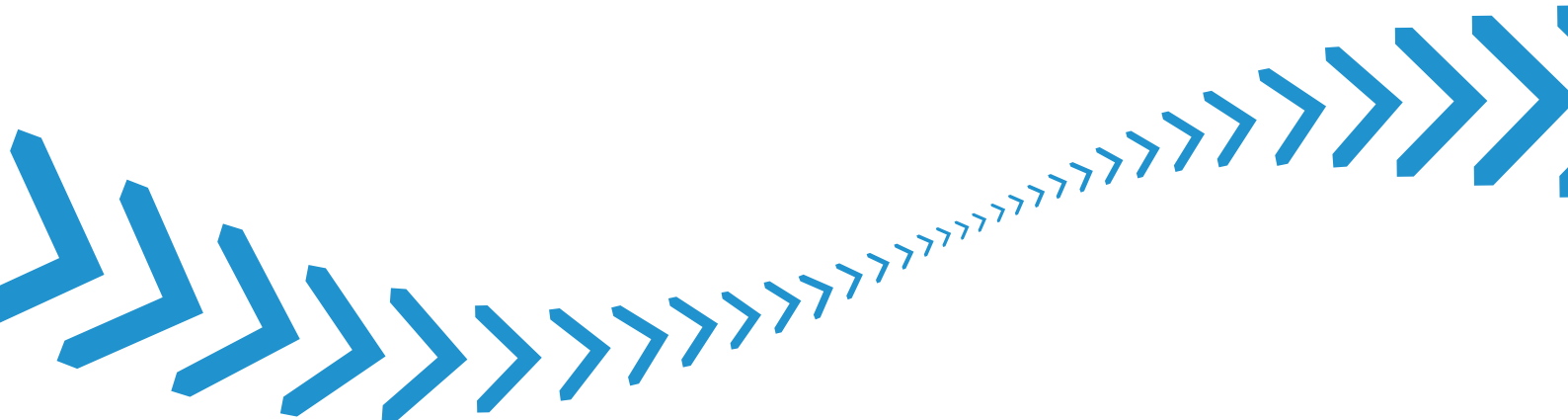


KIEKKOHEITOT

KÄMMENHEITTO

Peukalo on kiekon päällä ja keski- ja etusormi kiekon alla. Keskisormi on kiekon sisäreunaa vasten, ja etusormi on tukena sen vieressä. Keskisormi toimii linkoavana sormena.

Kämmenheiton aikana rintamasuunta on heit-
tosuuntaan. Heittoliike suoritetaan vartalon sivulla
kynärpäältä alkavalla heilahdusliikkeellä. Kyy-
närvarsi pidetään vaakatasossa. Taakse taivutettu
ranne ja sormet antavat irrotushetkellä kierteen.
Kiekko irtoaa kädestä vaakasuorana. Saattoliik-
keessä kämmen jää ylöspäin ja sormet osoittavat
kohteeseen.



KIEKKOHEITOT

YLÄHEITTO ELI UPSI

Kiekko heitetään pään yläpuolelta. Se lentää joko ylösalaisin tai pystyasennossa. Ote kiekosta on sama kuin kämmenheitossa.

Yläheiton aikana rintamasuunta on heittosuuntaan. Heittokäden jalka on kauempana heittosuunnasta. Heittoliike muistuttaa pallon heittoliikettä. Kiekko pidetään koko ajan samassa kulmassa, ja tarvittava kierre saadaan aikaan terävällä ranneliikkeellä. Kiekko irrotetaan korkealla pään yläpuolella hieman etuyläviistossa. Kiekon lentorata on kaareva.



KIEKKOHEITOT

PUTTAAMINEN

Putattaessa ote kiekosta on kevyempi ja rennompi kuin muissa heitoissa. Sormet kiekon alla ovat levittyneet laajemmalle alueelle ja voivat olla lähes suorina. Putissa on tärkeää löytää tasapainoinen asento.

Putin heittoliike muistuttaa enemmän työntöä kuin varsinaisesti heittoa. Putin koko liikerata tapahtuu vartalon ja korin välissä, vartalonkiertoa putissa ei käytetä. Putti rakentuu sulavasta liikkeestä, joka alkaa jaloista päättyen terävään kädenojennukseen kohti korja.





TAITOTEHTÄVÄT

FRISBEEHYRRÄ

Saatko frisbeen pyörimään maassa? Kuka saa sen pyörimään kauimmin? Saatko kaksi frisbeetä pyörimään yhtä aikaa - toisen vasemmalla ja toisen oikealla kädellä?





TAITOTEHTÄVÄT

SORMENPÄÄFRISBEE

Saatko frisbeen pyörimään sormenpäässä? Onnistuuko frisbeen pyöritys molempien käsien sormenpäissä yhtä aikaa?





TAITOTEHTÄVÄT

FRISBEEJONGLÖÖRAUS

Montako kierrosta saat kulkemaan sujuvasti kahdella frisbeellä? Lisää yksi frisbee ja yritä saada kiekot kulkemaan sujuvasti. Kun pääset kolmella kiekolla samaan kuin kahdella, olet hyvä! Mutta kuka onnistuu jonglööraamaan neljällä kiekolla?





TAITOTEHTÄVÄT

KIEKKO MINULTA MINULLE

Heitä kiekkoa ilmaan ja ota se itse kiinni. Pystytkö vaihtamaan kättä joka heitolla? Voitko kävellä tai juosta samaan aikaan? Onnistuuko kiinniottaminen selän takaa tai jalan alta?





TAITOTEHTÄVÄT

NAPPAA KIINNI KIEKOSTA

Saatko kiekon kiinni oikealla ja vasemmalla kädellä? Entä kahdella kädellä siten, että peukalot ovat kiekon alapuolella? Entä kahdella kädellä siten, että peukalot ovat kiekon päällä?





TAITOTEHTÄVÄT

AIKAKOPPAAJAN HAASTE

Heitä kiekko ilmaan ja ota se itse kiinni. Taitava aikakoppaaja heittää kiekon korkealle leijumaan ja saa sen bumerangin tavoin takaisin. Miten pitkään saat kiekon pysymään ilmassa.

>> Aikakoppauksen Suomen ennätys on 14 sekuntia.





TAITOTEHTÄVÄT

MATKAKOPPAAJAN HAASTE

Heitä kiekkoa ringin sisältä. Kuinka kaukaa ringistä pystyt vielä saamaan sen ilmasta kiinni?

>> Matkakoppauksen Suomen ennätys on 88 metriä.





TAITOTEHTÄVÄT

PITUUSHEITTÄJÄN HAASTE

Miten pitkälle saat kiekon lentämään?

>> Maailman pisin heitto on 261 metriä.



Tiesitkö, että
**MAAILMAN PISIN
FRISBEEHEITTO
ON 261 METRIÄ.**





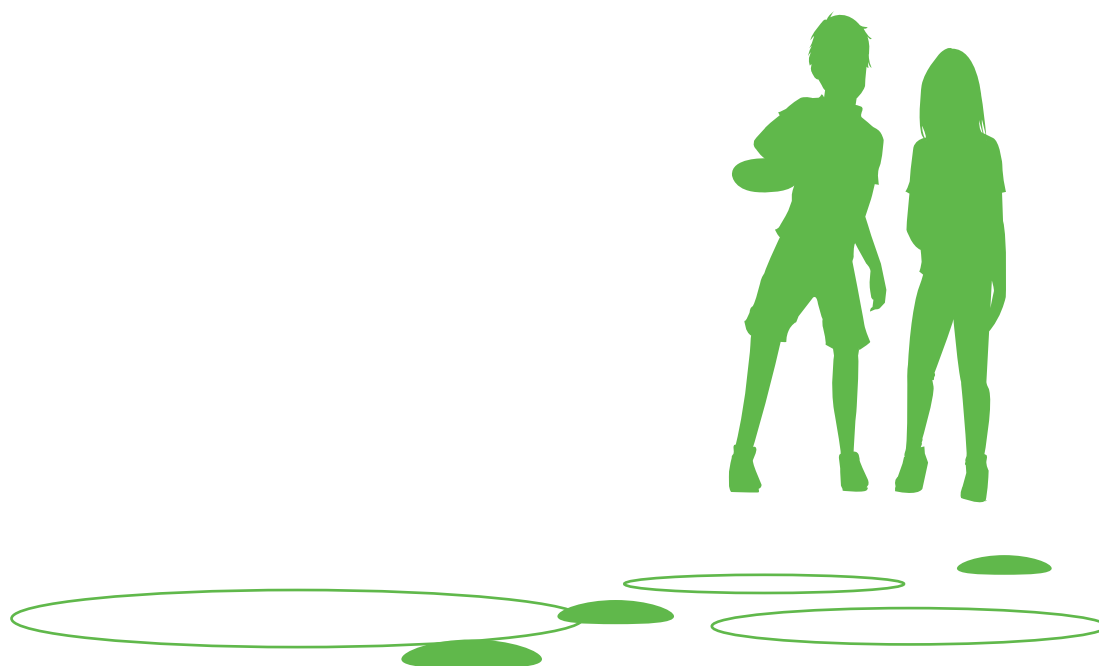
PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

PISTEPELI

Piirrä maahan heittoviiva ja viisi erikokoista ja eri etäisyydellä olevaa ympyrää. Jokaisesta ympyrästä saa eri määrän pisteitä, esimerkiksi 2, 5, 8, 10 ja 15 pistettä. Pelaajien tavoitteena on kerätä mahdollisimman paljon pisteitä heittämällä kiekkoja ympyröihin.

Jokainen osallistuja heittää 5 frisbeetä. Frisbeen pysähtyessä ympyrän sisään saa pelaaja nämä pisteet itselleen. Jokainen pelaaja heittää vuorotellen useamman kerran, vähintään kolme kierrosta. Eniten pisteitä kerännyt voittaa.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

TARKKUUSRATA

Tiimi suunnittelee useamman pisteen tarkkuusheittoradan. Rata on sitä hauskempi, mitä erilaisempia ”maaleja” keksitte: roskakori, puunrunko, pyöräteline, keinu, iso kivi, kenkä, koulureppu jne. Tarkkuusradalla voidaan halutessa laskea, miten monta heittoa kukin tarvitsee osuakseen kulloiseenkin maaliin.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

FRISBEEKETJU

Tehkää ennätysheitto kolmen, neljän tai viiden hengen ryhmissä. Heittäkää frisbee kertaalleen pelaajalta toiselle ja yrittäkää päästä mahdollisimman pitkälle ilman, että frisbee tippuu heittojen välillä. Mikä on päivän tai jopa viikon pisin ketjuheitto?





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

MATKALLA

Valitse sopivan pitkä matka, esimerkiksi koulun ympäri. Heitä frisbeetä yksin, kaksin tai useamman kaverin kanssa vuorotellen frisbeen putoamatta. Jos frisbee putoaa, jatkaa seuraava siitä. Jokaisesta kiekon pudottamisesta voidaan sopia merkittäväksi yksi lisäheitto tulokseen. Yksin pelaava jatkaa aina siitä, mihin frisbee on pudonnut.

Kuinka monta heittoa tarvitaan sovitun matkan kulkemiseen? Mikä on viikon ennätys? Kuka kulkee matkan vähimmillä heitoilla?





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

PETANKKIFRISBEE

Laittakaa yksi frisbee sopivan matkan päähän heittopaikasta. Pelaajien tavoitteena on heittää oma frisbee maassa olevan kiekon päälle. Sopi-
kaa, kuinka monta pelikierrosta pelataan, kuiten-
kin vähintään kolme. Lähimmäksi heittänyt saa
kierroksesta kolme pistettä, toiseksi tullut kaksi ja
kolmanneksi yhden. Laskekaa kaikkien kierrosten
pisteet yhteen.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

TULIKUUMA FRISBEE-SIK-SAK

Pelaajat asettuvat ympyrään. Jokaisessa ympyrässä käytetään vähintään kahta frisbeetä. Mitä enemmän pelaajia, sitä useampi kiekko peliin voidaan ottaa. Pelaajat toimivat aivan kuin kiekot olisivat tulikuumia ja yrittävät saada ne käsistään mahdollisimman nopeasti. Tavoitteena on heittää pelissä olevia kiekkoja yhtä aikaa nopeassa tahdissa ympyrän sisällä. Kiekkoa ei saa heittää vieressä olevalle pelaajalle eikä sitä saa ojentaa vaan kiekko pitää aina heittää, lyhyenkin matkan. Pelin voittaa se, joka sovitun peliajan kuluttua on tiputtanut vähiten kiekkoja maahan.

Tiimin taitojen kasvaessa pelin haastetta voidaan lisätä ottamalla mukaan useampia kiekkoja.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

TIPUTUS

Peliä pelataan vähintään kahdella kiekolla. Pelaajat asettuvat jonoon. Jokainen jonossa heittää vuorollaan sovittuun kohteeseen. Jos heitto osuu kohteeseen, on heittäjä turvassa ja siirtyy jonon viimeiseksi.

Jos heitto menee ohi, on heittäjä vaarassa putoa. Mikäli tämän pelaajan jälkeen heittävä pelaaja osuu kohteeseen, putoaa ohi heittänyt pelaaja pelistä. Jos ohi heittäneen pelaajan jälkeen seuraavakin pelaaja heittää ohi, pääsee putoamisvaarassa ollut pelaaja takaisin peliin. Samalla viimeksi ohi heittänyt pelaaja joutuu vuorostaan putoamisvaaraan. Pelin voittaa se, joka jää viimeiseksi jäljelle.

Peliä voidaan pelata myös siten, että pudonnut pelaaja pääsee takaisin peliin, kun hänet pudottanut pelaaja tippuu pois pelistä.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

PARAS KIEKKO

Rakennetaan 3-4 maalin rata. Peliä pelataan pareittain. Ensimmäisten heittojen jälkeen parin molemmat pelaajat saavat jatkaa peliä omilla kiekkoiltaan sen kiekon kohdalta, jonka he kokivat olevan paremmassa paikassa. Heittojen määrä lasketaan yhteen. Voittajapari selvittää reitin vähimmillä heitoilla.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

HUONON KIEKKO

Rakennetaan 3-4 maalin rata. Peliä pelataan pareittain. Ensimmäisten heittojen jälkeen parin molemmat pelaajat joutuvat jatkamaan peliä sen kiekon kohdalta, jonka toiset parit valitsevat. Heittojen määrä lasketaan yhteen. Voittajapari selvittää reitin vähimmillä heitoilla.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

JUOSTEN JA HEITTÄEN

Peli, jossa sopiva nopeus ja tarkkuus palkitaan. Rakennetaan useamman maalin rata. Kunkin pelaajan radalla käyttämä aika mitataan, ja heittojen määrä lasketaan. Jokainen heitto lisää pelaajan kokonaisaikaan yhdessä sovitun sekuntimäärän.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

VUOROKIEKKO

Kahden tai useamman pelaajan yhden kiekon peli. Rakennetaan useamman maalin rata. Pari sopii, kumpi heittää aloitusheiton. Aloitusheiton jälkeen pelaajat heittävät kiekkoa vuorotellen, kunnes kiekko on saatu maaliin. Seuraavan pelin aloittaa se pelaaja, joka ei ehtinyt vielä osua maaliin.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

PARAS PARIKIEKKO

Kaksi pelaajaa tai useampi pelaajapari. Parin molemmat pelaajat heittävät sovittuun maaliin tai useamman maalin radalla omaa tulostaan. Jokaisella ”reiällä” parin parempi tulos merkitään muistiin.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

HUONOIN PARIKIEKKO

Kaksi pelaajaa tai useampi pelaajapari. Parin molemmat pelaajat heittävät sovittuun maaliin tai useamman maalin radalla omaa tulostaan. Jokaisella ”reiällä” parin huonompi tulos merkitään muistiin.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

KIEKKOKAAPPARI

Tarvitaan 5–7 pelaajaa, joista 1–2 valitaan kaappareiksi. Rajataan pelialue (esim. 15 x 15 m), jossa pelaajat liikkuvat ja syöttelevät kiekkoa toisille. Kaapparien tehtävänä on yrittää ryöstää kiekko muilta. Mikäli kaappari onnistuu ryöstämään kiekon, viimeksi kiekkoon koskenut vaihtuu kaappariksi. Ryöstöksi luetaan pudotus, ulos tai maahan heitto, maahan lyönti ja suora kaappaus ilmasta.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

VIISI KOPPIA

Rajataan noin 20 x 20 m pelialue. Tavoitteena on saada 5 perättäistä onnistunutta syöttöä omille pelaajille. Samalle pelaajalle ei saa syöttää heti takaisin. Viiden onnistuneen omalle joukkueelle heitetyn syötön jälkeen joukkue saa pisteen. Jos kiekko putoaa maahan, vastapuolen joukkue saa jatkaa. Vastapuoli saa jatkaa myös siinä tapauksessa, vaikka kiekko olisi pudonnut maahan sen käsien kautta.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

HOTSPOT

Merkitään maahan kartioilla ”hotspot”, noin 5 x 5 m neliö. Joukkue syöttelee kiekkoa yrittäen heittää omalle pelaajalleen, joka on liikkunut hotspotin sisälle. Onnistunut kiinniotto hotspotissa on maali. Maalin jälkeen tai kiekon tippuessa maahan kiekko annetaan vastustajalle.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

JATKOPAIKKA

Maahan piirretään parin metrin suuruinen ympyrä. Jokaisella pelaajalla on käytettävissä 5 heittoa. Kuinka monta heittoa pelaaja saa osumaan ympyrään 10, 20 tai 30 metristä? Peliä voidaan vaikeuttaa rajoittamalla heittotyyliä esim. pelkästään kämmenheitoksi tai rystyheitoksi.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

PAINEPUTTI

Valitkaa maali tai piirtäkää maahan alue, johon kiekon tulisi osua. Merkitkää etäisyys maalista metrin välein kymmeneen metriin saakka. Peli aloitetaan metristä. Jokainen heittää vuorotellen.

Jos saa kiekon osumaan maaliin, saat heittää seuraavan heiton seuraavalta viivalta. Jos ei osu maaliin, joutuu heittämään seuraavalla kierroksella samalta viivalta. Kuka pääsee ensimmäisenä puttaamaan eli osuu maaliin kymmenen metrin viivalta?





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

TULIRINKI

Tehkää tasainen ympyrä korin tai muun maalimerkin ympärille. Jokaisella on käytössä yksi kiekko. Kaikki heittävät samaan aikaan. Ne jotka saavat kiekon koriin jatkavat, kunnes voittaja on selvillä.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

HEITÄ JA VAIHDA PAIKKAA

Tarvitaan 5-6 pelaajaa, jotka asettuvat 10 x 10 metrin pelialueen reunoille. Yksi pelaaja heittää kiekon jollekin toiselle pelaajalle, minkä jälkeen hänen on heti juostava tämän pelaajan paikalle.

Kiekon saanut heittää kiekon seuraavalle pelaajalle ja juoksee saman tien tämän paikalle. Tavoitteena on heittää kiekko aina eteenpäin ja vaihtaa paikkaa ennen kuin sinulle kiekon heittänyt juoksija on luonasi.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

VAKOOJA

Tehkää 5-7 oppilaan ryhmä, josta yksi valitaan vakoojaksi. Pelaajat heittävät kiekkoa toisilleen 15 x 15 m pelialueella ja yrittävät osua vakoojan jalkoihin kiekolla. Kiekko kädessä ei saa edetä pelialueella. Osuja on uusi vakooja. Ei kovia heittoa!





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

NOUTAJA

Useampi pelaaja, joista muodostetaan kaksi ryhmää: heittäjät ja koirat. Ryhmät ovat noin 15 metrin päässä toisistaan ja ryhmien keskellä on noin 5 x 5 metrin suuruinen merkattu alue. Ensimmäinen koira juoksee suoraan eteenpäin kohti merkattua aluetta.

Ensimmäinen heittäjä heittää niin, että koira saa kiekon kiinni merkatulla alueella. Onnistunut suoritus on 1 piste molemmille. Heiton jälkeen rooleja vaihdetaan. Kuka saa eniten pisteitä esim. 5 minuutin pelin aikana?





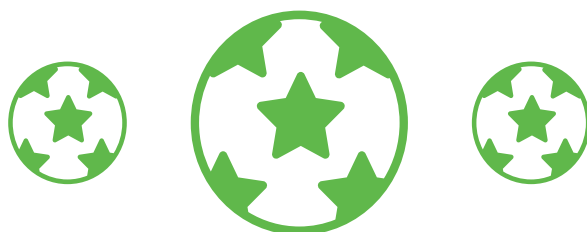
PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

KAKSINKAMPPAILU

Useampi pelaaja, joista muodostetaan kaksi ryhmää: heittäjät ja juoksijat. Ryhmät ovat sopivan matkan päässä toisistaan. Heittäjän huudosta kaksi juoksijaa spurttaa eteenpäin. Heittäjä heittää kiekon juoksijoita kohti. Se juoksijoista, joka saa kiekon kiinni, siirtyy heittäjiin.

Heittäjä ja kiekon hävinnyt juoksija siirtyvät juoksijoihin. Juoksijat voivat välillä lähteä yhdessä sovitusta erilaisista asennoista: makuultaan, polviltaan jne.





PELIT

(KILPAILUT, TURNAUKSET)

ILMAHERRUUS

Pelaajat jaetaan kahteen joukkueeseen. Pelaajat heittävät kiekon vuorollaan kohti neliötä (n. 10 x 10 m), jossa kiekkoa on ottamassa vastaan yksi pelaaja molemmista joukkueista. Kopin saanut pelaaja saa joukkueelleen pisteen. Heiton jälkeen pelaajat menevät vuorostaan koppareiksi.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

VEDETÄÄN FRISBEESTÄ

Tarvitaan kahden hengen tiimejä ja kaikille tiimeille 1-2 frisbeetä. Tiimit keksivät vuorotellen frisbeelle uusia käyttötarkoituksia ja näyttelevät tai selittävät tämän käyttötarkoituksen muille. Esim. pelaajat pitävät kiekkoja päänsä päällä ja toteavat ”ovatpa nämä nykyaikaiset sateenvarjot vähän pieniä”. Kun tiimi ei keksi kiekolle mitään uutta käyttötarkoitusta, on tiimiläisten tehtävä 10 suurta kyykkyhyppyä muiden kannustaessa.



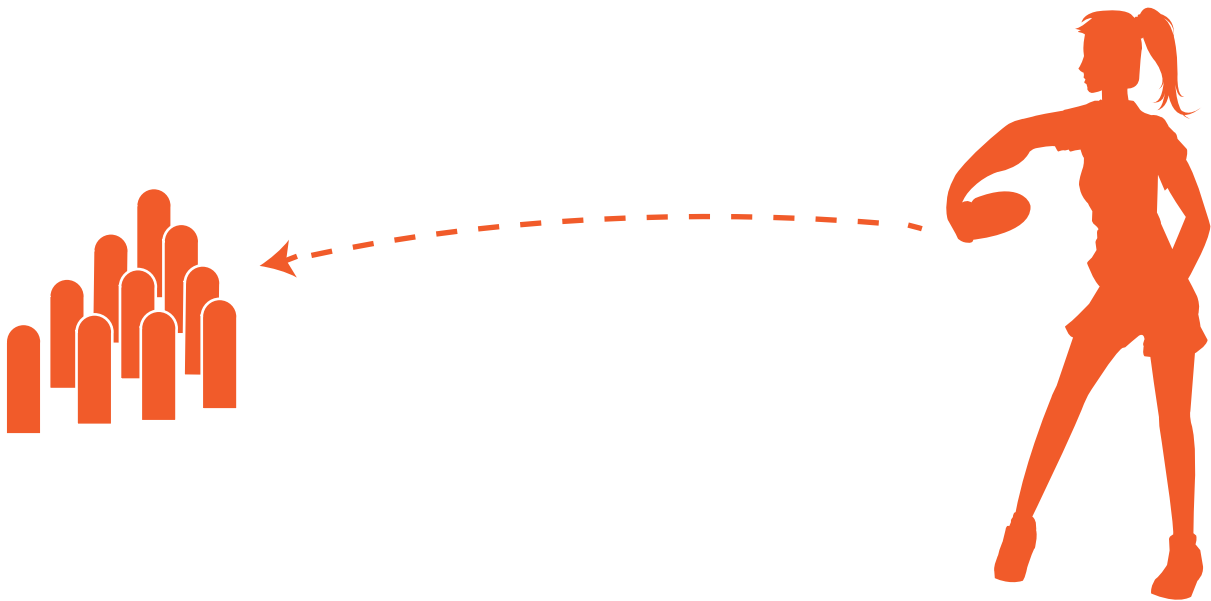


KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

FRISBEEKEILAUS

Rakentakaa keilapatteri koululta löytyvistä tarvikkeista, esimerkiksi tyhjästä tennispalloputkiloista tai voimistelukeiloista. Kullakin keilaajalla on kaksi heittoa. Kuka onnistuu kaatamaan eniten keiloja?





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

FRISBEET PÄÄN PÄÄLLÄ

Osallistujat saavat kaksi minuuttia aikaa kasata päänsä päälle niin monta frisbeetä kuin mahdollista, yhden kerrallaan. Kun rakentaja on tyytyväinen saavuttamaansa frisbeemäärään, hän huutaa ”nyt”. Jotta tulos tulee hyväksytyksi, pinon tulee pysyä pään päällä pystyssä vielä 5 sekuntia ilman, että kilpailija koskee siihen käsin.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

FRISBEET PINOSSA

Tehtävänä on rakentaa frisbeillä niin korkea torni kuin mahdollista kolmessa minuutissa. Frisbeet saa asettaa haluamallaan tavalla maahan. Tehtävä voidaan toteuttaa yksilökilpailuna tai ryhmien välillä.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

IHMISSOLMU

Ryhmän jäsenet heittävät toisilleen kiekkoa ja se, joka ensimmäisenä tiputtaa kiekon on ”selvittäjä”. Selvittäjä ei saa nähdä, kun muut tiimin jäsenet menevät solmuun. Tiimiläiset muodostavat ympyrän pitäen toisiaan kädestä. He pujottelevat toistensa lomitse, yli ja ali irrottamatta käsiä.

Kun solmu on valmis, selvittäjä antaa ohjeita, kuinka jäsenet purkautuvat solmusta. Taas heittää frisbeetä seuraavan selvittäjän löytämiseksi.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

PÄÄTÖN FRISBEEVIESTI

Kootkaa vähintään kaksi joukkuetta, jossa on yhtä monta pelaajaa. Sopikaa viestimätkä, joka pelaajien on kuljettava siten, että frisbee on pään päällä. Jos frisbee putoaa kesken kuljetuksen, pelaaja juoksee takaisin lähtöalueelle ja aloittaa frisbeen kuljetuksen alusta.

Toista viestikilpailu uudestaan. Seuraavassa viestissä tiimit rikotaan kuitenkin siten, että vähintään puolet joukkueesta vaihtuu. Välitunnin päätyttyä voittajia ovat ne pelaajat, jotka ovat useimmin olleet voittajajoukkueessa.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

TARJOILIJAVIESTI

Kootkaa vähintään kaksi joukkuetta, jossa on yhtä monta pelaajaa. Sopikaa viestimätkä, joka pelaajien on kuljettava siten, että frisbeetä käytetään tarjottimena. Laita frisbeen päälle jokin esine, esimerkiksi pallo. Viestissä tarjotinta tulee kuljettaa yhdellä kädellä korkealla ilmassa tarjoilijan tavoin. Jos tarjotin tai esine putoavat, pelaaja palaa lähtöviivalle aloittaakseen osuutensa alusta.

Toista viestikilpailu uudestaan. Seuraavassa viestissä tiimit rikotaan kuitenkin siten, että vähintään puolet joukkueesta vaihtuu. Välitunnin päätyttyä voittajia ovat ne pelaajat, jotka ovat useimmin olleet voittajajoukkueessa.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

KYLKI KYLKEÄ VASTEN -VIESTI

Kootkaa vähintään kaksi joukkuetta, jossa on yhtä monta pelaajaa. Sopikaa viestimatka, joka pelaajien on kuljettava siten, että frisbee laitetaan kahden pelaajan kylkien tai lantioiden väliin, ilman että kädet pitävät frisbeestä kiinni. Jos frisbee putoaa, juoksijat palaavat lähtöviivalle aloittaakseen osuutensa alusta.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

JALKAVIESTI

Kootkaa vähintään kaksi joukkuetta, jossa on yhtä monta pelaajaa. Sopikaa viestimätkä, joka pelaajien on kuljettava siten että frisbeettä kuljetetaan jalkojen välissä ilman, että kädet koskevat siihen. Jos frisbee putoaa, pelaaja palaa lähtöviivalle aloittaakseen osuutensa alusta.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

KAPTEENI KÄSKEE

Tarvitaan muutaman hengen tiimi. Frisbeen heittäjä valitsee seuraavan pelaajan ja tyyllilajin, jolla tämän pitää liikkua kiekon luo. Hän heittää kiekon johonkin ja sanoo esimerkiksi: ”Kapteeni käskee Kirsin hyppimään oikealla jalalla frisbeen luo”. Päästyään frisbeen luo kyseinen pelaaja heittää sen uuteen paikkaan ja käskee seuraavaa valitsemaansa pelaaja menemään valitsemallaan tyyllillä frisbeen luo. ”Kapteeni käskee Matin liikkumaan siten, että taputtaa käsiään päänsä päällä frisbeen luo”.

Näin jatketaan, kunnes kukaan tiimiläisistä ei enää keksi uutta tapaa edetä frisbeen luo. Jos heitotmatkat ovat pitkiä, valitaan pelaajien keskuudesta yksi viestinviejä. Tämä pelaaja juoksee kulloisenkin kapteenin ja seuraavan pelaajan välillä välittäen käskyjä eteenpäin.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

FRISBEERUUTU

Tarvitaan joukko pelaajia. Maahan piirretään perinteinen hyppyrudukko, jonka alkupää muodostuu vähintään kymmenen yksittäisen ruudun ketjusta. Näin varsinainen ruudukko saadaan kauemmaksi itse pelaajista. Peli pelataan tavallisen ruudun säännöin, mutta jokainen pelaaja käyttää frisbeetä kivenä. Frisbeen pitää osua kulloinkin vuorossa olevaan ruutuun.





KREISI

(KIVAA JA ERILAISTA)

FRISBEEMUISTIPELI

Kootkaa pieni ryhmä ja asettukaa ringiin. Valitkaa sopiva aihe, esim. eläimet, koulukaverien nimet, maat, urheilulajit, kouluaineet jne. Ensimmäinen sanoo sovitusta aiheesta ensimmäisen sanan, esimerkiksi jonkun eläimen ("koira") ja heittää frisbeen haluamalleen seuraavalle pelaajalle. Tämä toistaa edellisen pelaajan sanoman eläimen ja lisää oman eläimen listaan ("koira, lehmä") heittäen frisbeen edelleen seuraavalle pelaajalle. Tämä pelaaja toistaa edelliset eläimet ja lisää jälleen yhden eläimen ("koira, lehmä, aasi"). Näin jatketaan, kunnes frisbee tippuu tai joku ei muista kaikkia sanottuja eläimiä.

