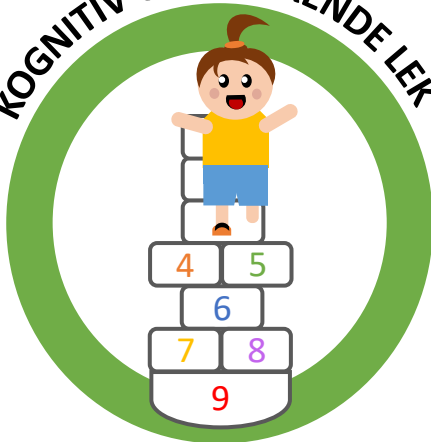


KOGNITIV UTFORDRENDE LEK



# LØP OG HENT



# LØP OG HENT

## Hensikt

I denne aktiviteten utfordrer en konsentrasjon og reaksjon, gjennom at en må ta imot en beskjed og handle raskt på kommando.

## Utstyr

Kjegler

## Forklaring

1. Barna står ved hver sin kjege i en sirkel. I midten av sirkelen er det en kjege og ved denne står lederen av leken.
2. Den som leder leken roper ut hvilken gjenstand barna skal hente. F.eks. «løp og hent en spade», «løp og hent en stein», «løp og hent flasken din».
3. Barna løper og henter det de får beskjed om og stiller seg tilbake ved kjege sin. Nå må barna være konsentrerte og klar for neste steg i leken.
4. Når alle barna er tilbake til sin kjege, roper lederen «Kjege!».
5. Nå skal barna løpe til midten og prøve å få ta i kjege som står der.
6. Det barnet som tar kjege, skal nå være lederen av leken.

## Variasjon

- Som en variasjon kan en legge til at i stedet for å stå ved kjege sin, skal de gjøre øvelser mens de står ved kjege. F.eks. hoppe, hinke, snurre.
- De kan også få i oppgave å bruke andre måter å forflytte seg på når de henter gjenstander. F.eks. «Kryp og hent en ertepose», «gå sidelengs og hent en bøtte».
- For de yngste kan leken stoppe på punkt 3.