



LEK MED ROCKERING



LEK MED ROCKERING

Hensikt

Gjennom lek med rockering vil barna øve på motoriske ferdigheter knyttet til koordinasjon og forflytning, i tillegg må barna øve på å være kreative for å komme på nye måter å leke med rockeringen.

Utstyr

Én rockering per barn

Forklaring

Eksempler på ulike oppgaver barna kan gjøre med rockeringen:

- Kan du balansere på rockeringen når den ligg på bakken?
- Kan du løpe rundt rockeringen?
- Kan du hoppe inn og baklengs ut av rockeringen?
- Kan du trille rockeringen og ha kappløp med den?
- Kan du bruke rockeringen som hoppetau?
- Kan du kaste rockeringen i luften og ta den imot?
- Kan du trille rockeringen og prøve å krype igjennom mens den er i fart?
- Kan du snurre rockeringen rundt armen?
- Kan du kaste rockeringen rundt en kjele?
- Kan du bruke foten til å vippe opp rockeringen?
- Kan du ha ulike deler av kroppen inni rockeringen? Personalet sier f.eks. to føtter og en hand, to hender og en fot, en panne...

Variasjon

- Par-øvelser med rockering
 - Kan dere rulle rockeringen til hverandre?
 - Kan dere kaste rockeringen til hverandre uten at den er i bakken?
 - Kan dere trille rockeringen og prøve å hoppe igjennom en gang hver før den treffer bakken?
 - Den ene står inni ringen, og den andre holder ringen vannrett. Klarer dere å flytte dere rundt i rommet uten at barnet inni ringen kommer borti ringen?
 - Klarer dere å holde rockeringen oppe fra bakken mellom kroppene deres?