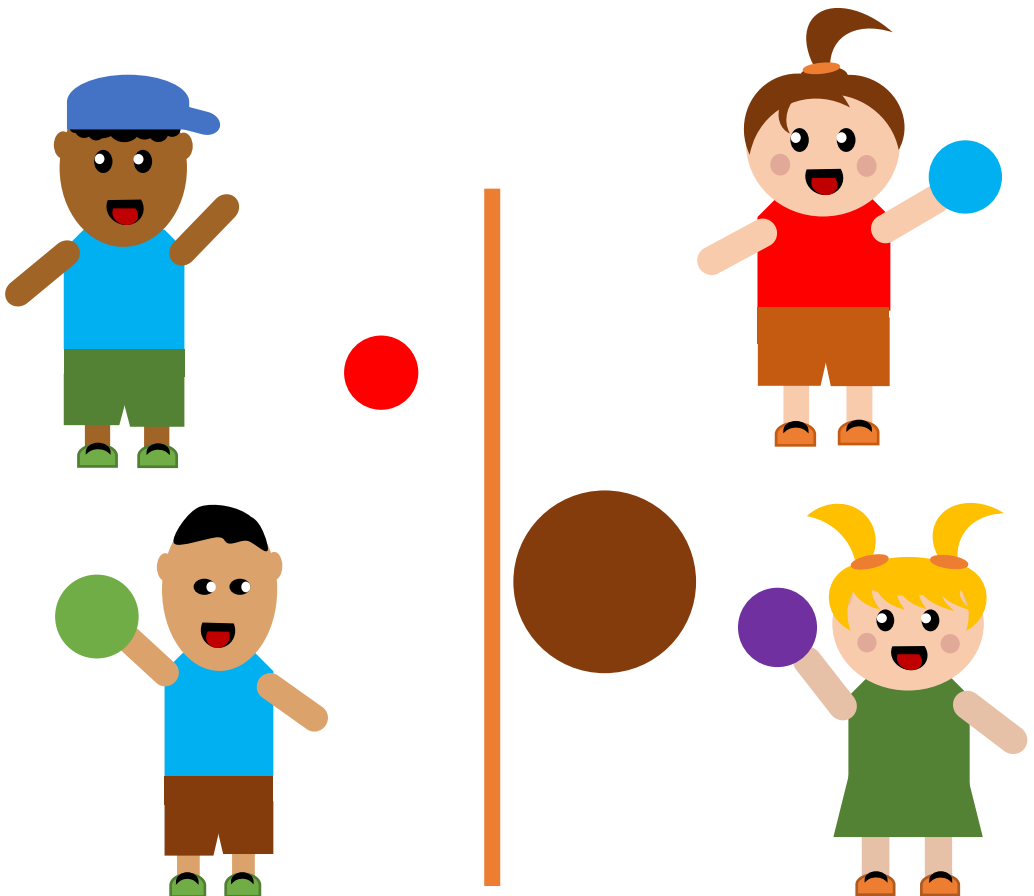


MOTORISK UTFORDRENDE AKTIVITET



# SJØSLAG



# SJØSLAG

## Hensikt

Sjøslag utfordrer barn i ferdigheten å kaste, der de må kaste på ulike måter på en ball for å flytte den over linjen til den andre gruppen.

## Utstyr

Små baller til å kaste

En litt større og tyngre ball å treffe

## Forklaring

1. Del barna i to grupper som står bak en linje på hver sin side av lekeområdet. Alle barna har hver sin ball.
2. Legg en større og tyngre ball midt i lekeområdet.
3. På startsignal skal barna prøve å treffe ballen og få den til å rulle over linjen der den andre gruppen står.
4. Det er lov å hente baller som er på sin side av lekeområdet, men de må bak streken for å kaste ballen.
5. Det laget som får ballen over linjen har vunnet.

## Variasjon

- En kan variere måten barna kaster på, det kan være underarm, overarm, med venstre hånd, med høyre hånd, med begge hendene eller f.eks. kast med tilløp.