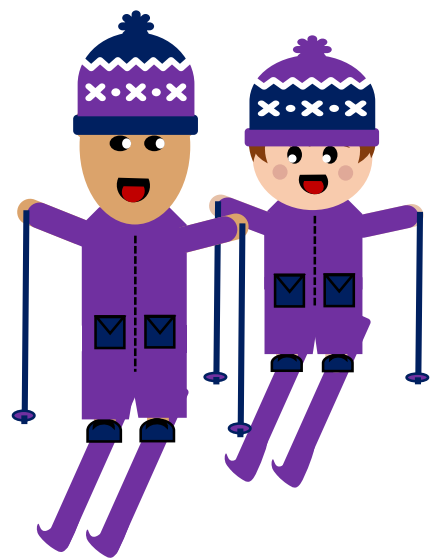
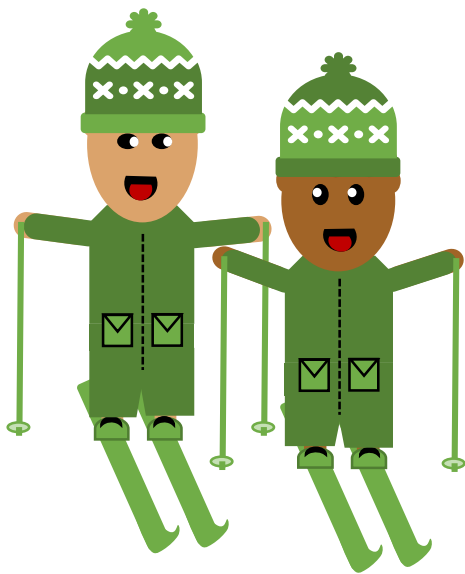


MOTORISK UTFORDRENDE AKTIVITET



STIV HEKS I PAR PÅ SKI



STIV HEKS I PAR PÅ SKI

Hensikt

I denne aktiviteten øver en på grunnleggende skiferdigheter, samtidig som det er spennende og morsomt. Leken krever også at barna samarbeider i par.

Utstyr

Ski (uten staver)

Forklaring

1. Avgrens et lekeområde.
2. Del barna inn i par. Ved å leke Stiv heks i par, blir tempoet i leken redusert.
3. Alle parene må holde sammen i hendene, ett par er heks og skal prøve å ta de andre.
4. Når et par blir tatt, må det stille seg opp og danne en portal med armene. Paret blir fri når et annet par har passert gjennom portalen.
5. Bytt par som har sisten etter en stund.

Variasjon

- En variasjon kan være å leke Stiv heks på vanlig måte, en og en, der barna blir fri ved å kripe imellom beina på de som er tatt.