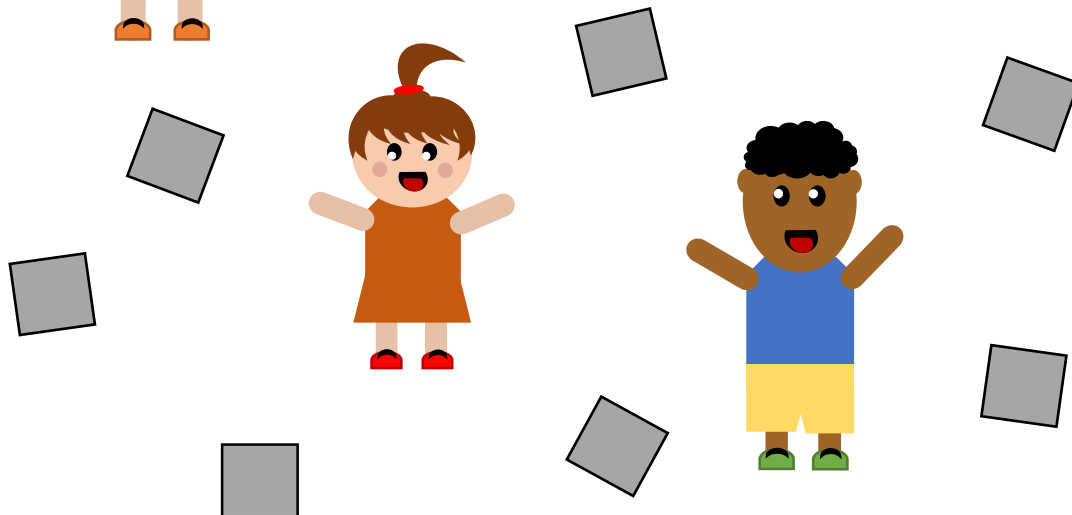
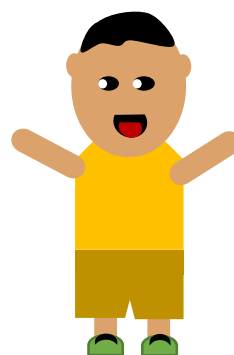
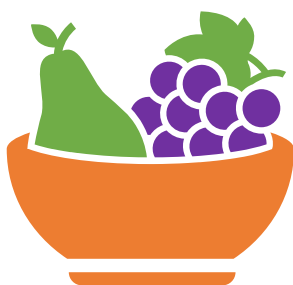


MODERAT/HØY INTENSIV LEK



FRUKTSALAT



FRUKTSALAT

Hensikt

I denne leken skal barna forflytte seg med moderat til høy intensitet mellom ulike teppefliser. På signal skal barna finne frem til en ledig teppeflis.

Utstyr

Teppefliser eller annet utstyr som barna kan stå på

Forklaring

1. Fordel teppeflisene utover gulvet.
2. Barna blir delt i ulike frukt (f.eks. druer, bananer eller appelsiner) og setter seg på en teppeflis.
3. På signal roper en voksen eller et barn at alle druene skal ut å løpe, deretter bananene eller appelsinene.
4. Barna løper rundt mellom teppeflisene, og på signal roper den voksne: «Fruktsalat!» – da må barna finne en ledig teppeflis.

Variasjon

- Hvis en ønsker kan en ta bort to eller flere teppefliser, da blir det mer kamp om å finne en ledig teppeflis. Start så leken på nytt, gjerne uten at barna ryker ut av leken.
- Som en variasjon kan en endre måten barna skal forflytte seg på (krype, hoppe, hinke).