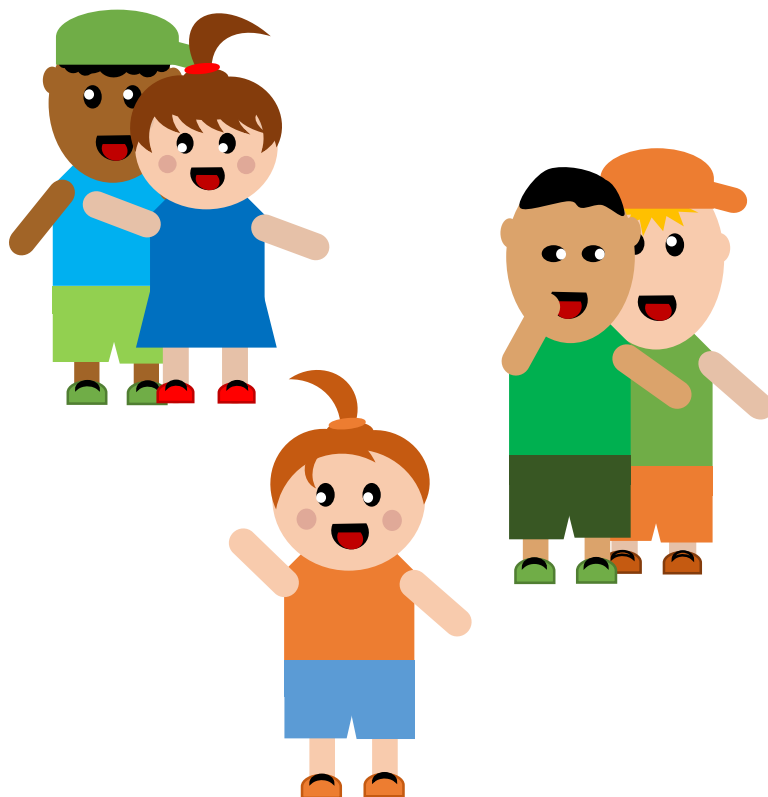


# KLEMMESISTEN



# KLEMMESISTEN

## Hensikt

Klemmesisten gir moderat til høy intensitet gjennom at barna skal prøve å unngå å bli tatt. Den krever også at barna er oppmerksomme på barn som holder på å bli tatt, slik at de kan hjelpe andre med å være fri.

## Utstyr

Ingen krav til utstyr

## Forklaring

1. Lekes i gruppe.
2. Avgrens et område for leken.
3. Lekes som sisten, men en kan ikke bli tatt når en gir/får klem av andre. Altså, når en holder på å bli tatt, må en finne noen å klemme for da er en fri.

## Tips

- Her kan en gjerne snakke om å hjelpe hverandre. Få gjerne barna til å se at Hvis noen holder på å bli tatt, kan en løpe bort til dette barnet for å hjelpe det med å være fri.

## Variasjon

- En variasjon av leken kan være at en må være tre som klemmer for å være fri.
- En regel som en kan legge til er at det ikke er lov å klemme samme person to ganger etter hverandre.