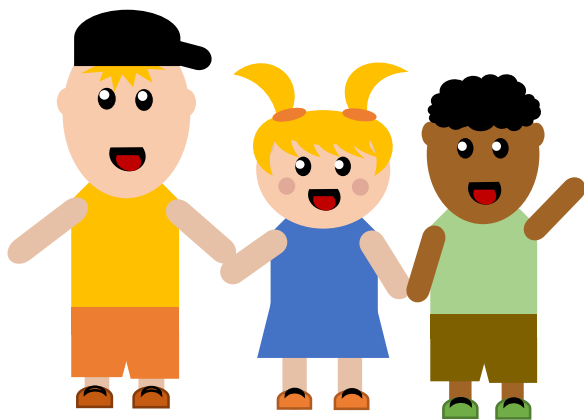


MODERAT/HØY INTENSIV LEK



LENKESISTEN



LENKESISTEN

Hensikt

Gjennom samarbeid og forflytning i høy intensitet, skal barna i lenken forsøke å ta de andre og gjøre lenken lenger.

Utstyr

Ingen krav til utstyr

Forklaring

1. Avgrens et område for leken.
2. Ett barn starter med å ha sisten og skal prøve å fange et annet barn.
3. Når et barn blir tatt, skal barnet holde i handa til det barnet som fanget det.
4. Nå skal de sammen prøve å fange flere barn til lenken.
5. Det er bare barna i hver sin ende av lenka som kan ta de frie barna.

Variasjon

- En variasjon av leken kan være at hver gang en lenke blir til f.eks. fire barn, deler den seg på midten og blir til to lenker.