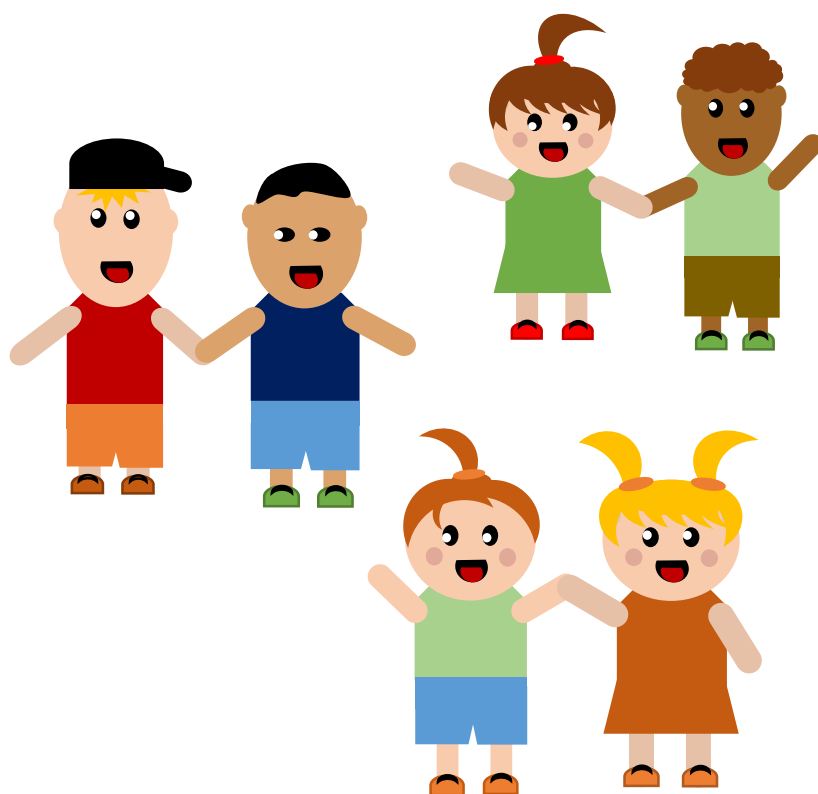


PAR-SISTEN



PAR-SISTEN

Hensikt

I denne versjonen av sisten skal barna samarbeide i par og vil ha høy intensitet når de løper for å ta et annet par.

Utstyr

Ingen krav til utstyr

Forklaring

1. Alle barna lager par ved å holde i hendene.
2. Ett par (evt. flere par om mange er med på leken) har sisten og skal ta et annet par.
3. Når et par blir tatt, overtar de sisten og skal prøve å ta et annet par.

Variasjon

- For å øke intensiteten i leken kan en ha flere par som har sisten.
- Ved å f.eks. gjøre lekeområdet mindre må barna være mer oppmerksomme på de andre som er med på leken for å unngå kollisjoner.