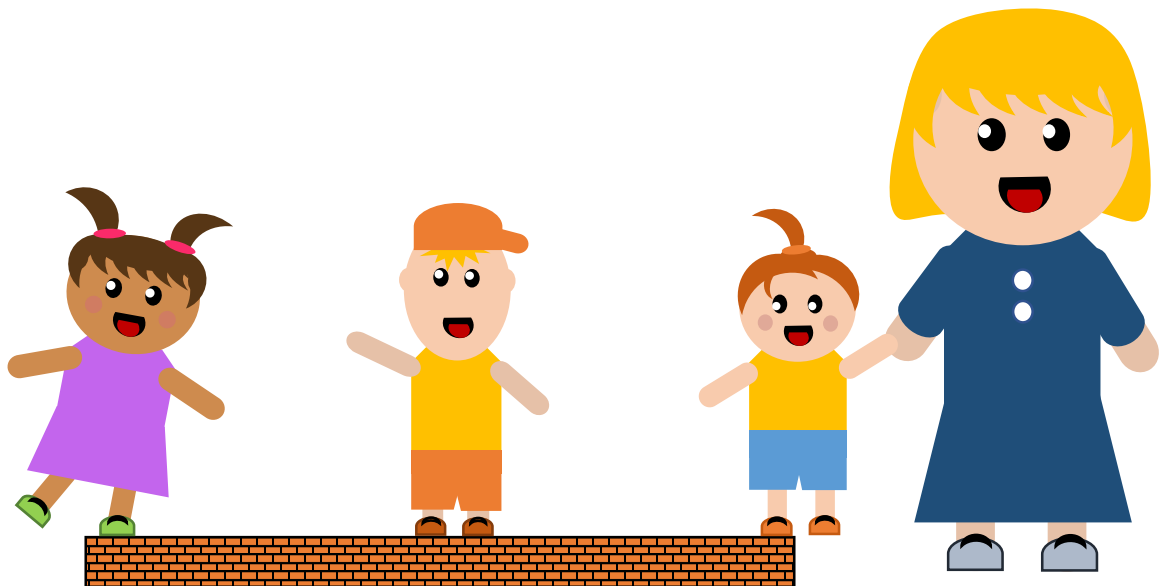


FOR DEI YNGSTE BARNA



BALANSELEIK



BALANSELEIK

Hensikt

I aktiviteten Balanseleik blir den vestibulære, taktile og kinestetiske sansen stimulert, i tillegg blir den koordinative eigenskapen balanse utfordra.

Utstyr

Ingen krav til utstyr.

Forklaring

1. Finn ein balansestokk, murkant, sandkassekant eller ein strek.
2. La barna balansere åleine eller ved hjelp av ein vaksen.

Variasjon

- Gå med lange skritt, museskritt, gå på tå eller på hælen. Held armene ut eller inn til sida.
- Som ei utfordring kan barn leike fly, der dei lener kroppen framover med ein fot bakover. Etterpå kan dei balansere på den andre foten.