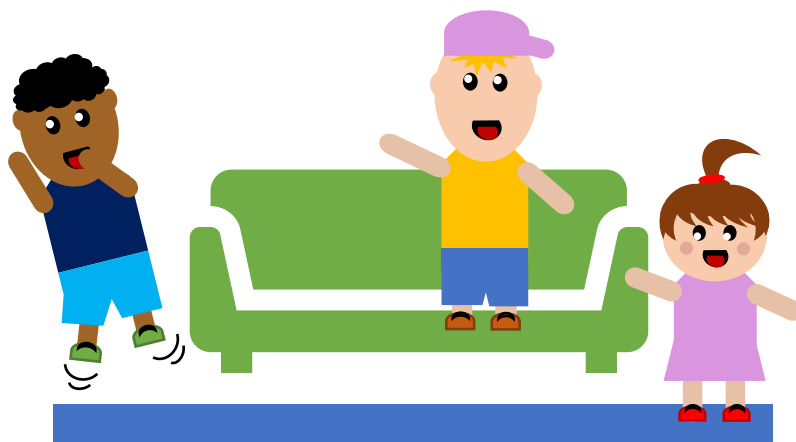


FOR DEI YNGSTE BARNA



KLATRE OPP I SOFA OG HOPPE NED



KLATRE OPP I SOFA OG HOPPE NED

Hensikt

Denne aktiviteten utfordrar grunnleggjande motoriske ferdigheiter, og er i tillegg ein aktivitet i moderat til høg intensitet.

Utstyr

Sofa

Ei madrass eller matte

Forklaring

1. Legg til rette for at barna kan hoppe ned ifrå sofaen.
2. Plassér ei matte eller madrass på golvet som barna kan lande på.
3. La barna få klatre opp i sofaen og hoppe ned.