

MOTORISK UTFORDRENDE AKTIVITET



DET REGNER BALLER



DET REGNER BALLER

Hensikt

I aktiviteten Det regner baller får barna øve på grunnleggende ferdigheter knyttet til ball.

Utstyr

Nett, sekk eller bøtte

Myke baller (gjerne små)

Forklaring

1. Den voksne åpner et ballnett fylt med små softballer og lar ballene regne over barna.
2. Barna skal nå prøve å samle flest mulig baller hver for seg.
3. Når alle ballene er samlet opp, er det det barnet som har samlet flest baller som er regnmaker (barnet kan gjerne stå på en stol).

Tips

- På forhånd kan en lage et lite avgrenset området til hvert barn, for eksempel en rockering. Det avgrensede området skal fungere som lageret til hvert barn og på den måten blir det lettere å holde orden på hvem som har fanget flest baller.

Variasjon

- Barna kan prøve å samle flest mulig baller uten å bruke hendene. En kan også bruke mindre baller som er vanskeligere å samle (f.eks. tennisballer).
- For å øke intensiteten kan en legge «lageret» et stykke unna der ballene blir sluppet, slik at barna må løpe mer og lenger.