



LEIK MED ERTEPOSAR



LEIK MED ERTEPOSAR

Hensikt

Gjennom leik med erteposar utfordrar barna sine motoriske ferdigheiter knytt til objektkontroll og koordinasjon.

Utstyr

Ein ertepose per barn

Forklaring

Dømer på ulike oppgåver barna kan gjere med erteposane:

- Kan du balansere erteposen på ulike kroppsdelar? T.d. hovud, skulder, vrist, kne, under foten?
- Kan du gå/springe mens du har erteposen på ulike kroppsdelar?
- Kan du krype med erteposen på ryggen, på hovudet eller på leggen?
- Kan du rulle på golvet med erteposen mellom knea, mellom anklane og under haka?
- Kan du kaste erteposen i lufta og fange den igjen?
 - Kor høgt greier du å kaste og fange den igjen?
 - Kor mange kast greier du på rad utan at erteposen går i golvet?
 - Kan du kaste frå den eine handa til den andre?
- Klarar du å leggje deg ned på golvet mens du har erteposen på panna?
- Klarar du å få erteposen opp av golvet ved å krølle tærne rundt?
- Klarer du å ta opp noko (t.d. ein annan ertepose, ei kjeGLE eller anna) frå golvet medan du har ein ertepose på hovudet?
- Klarer du å stå på alle fire og skyve (sende) erteposen i mål?
- Klarar du å kaste langt? (Alle barna står på ei linje og kastar samstundes. Spring deretter og henter erteposen sin).

Variasjon

- Ein kan variere aktiviteten med å gjere øvingar i par. Dømer på oppgåver er:
 - Kan de kaste ein ertepose til kvarandre?
 - Kan de kaste to erteposar samstundes?
 - Kan de liggje på magen og kaste til kvarandre?
 - Kan de stå rygg mot rygg og sende erteposen gjennom beina og over hovudet?
 - Greier den andre å fange erteposen som du kastar i ei kjeGLE, boks eller anna?