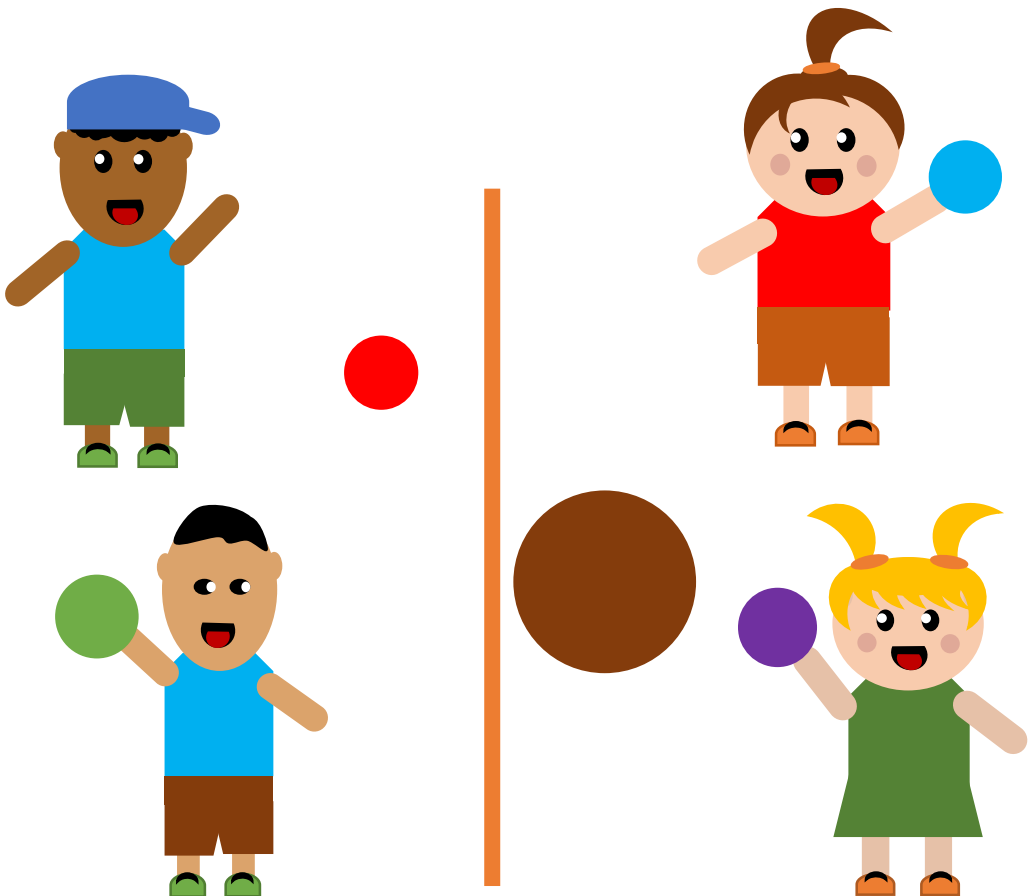


MOTORISK UTFORDRANDE AKTIVITET



SJØSLAG



SJØSLAG

Hensikt

Sjøslag utfordrar barn i ferdigheiten å kaste, der dei må kaste på ulike måtar på ein ball for å flytte den over linja til den andre gruppa.

Utstyr

Små ballar til å kaste

Ein litt større og tyngre ball å treffe

Forklaring

1. Del barna i to grupper som står bak ei linje på kvar si side av leikeområdet. Alle barna har kvar sin ball.
2. Legg ein større og tyngre ball midt i leikeområdet.
3. På startsignal skal barna prøve å treffe ballen og få den til å rulle over linja der den andre gruppa står.
4. Det er lov å hente ballar som er på si side av leikeområdet, men dei må bak streken for å kaste ballen.
5. Det laget som får ballen over linja har vunne.

Variasjon

- Ein kan variera måten barna kastar på, det kan vere underarm, overarm, med venstre hand, med høgre hand, med begge hendene eller t.d. kast med tilløp.