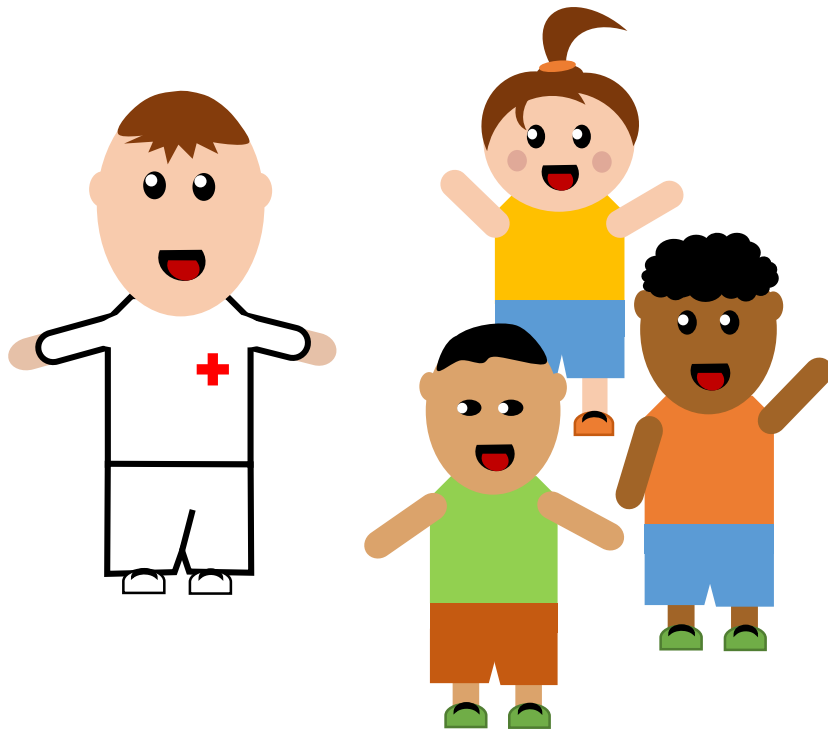


MODERAT/HØG INTENSIV LEIK



DOKTORSISTEN



DOKTORSISTEN

Hensikt

Denne aktiviteten er ein versjon av sisten og legg opp til leik i høg intensitet når barna skal springe for å unngå å bli tatt.

Utstyr

Ingen krav til utstyr.

Forklaring

Aktiviteten er ein versjon av sisten.

1. Eitt barn har sisten og skal ta eit av dei andre barna.
2. Det barnet som blir tatt må halde på den kroppsdelene det vart tatt på. Dersom barnet blei tatt på hovudet, må det halde seg på hovudet.
3. Barnet som vart tatt har no sisten og skal prøve å ta eit anna barn medan det held seg på hovudet.

Variasjon

- Ved å leggje til fleire som har sisten, aukar ein intensiteten i leiken ved at det er fleire som blir sprunge etter.