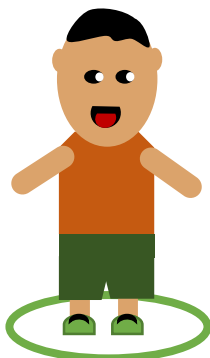
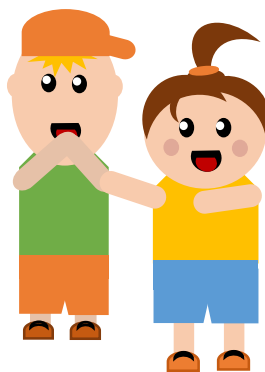
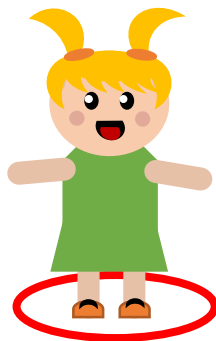


MODERAT/HØG INTENSIV LEIK



FRI I RINGEN



FRI I RINGEN

Hensikt

Fri i ringen er ein sisten-variant der barna spring med høg intensitet for å unngå å bli tatt eller for å ta andre barn.

Utstyr

Rockeringar

Forklaring

1. Avgrens eit leikeområde og legg to eller tre rockeringar på bakken/golvet.
2. Ringen er eit friområde, men barna kan ikkje vere der meir enn nokre sekund (t.d. berre til dei har telt til 5).
3. Det barnet som har sisten skal prøve å ta eit av dei andre barna (den som har sisten kan ikkje vente ved rockeringane).
4. Når eit barn blir tatt, overtek han/ho sisten.

Variasjon

- Ein kan variere leiken med å leike sisten i par.