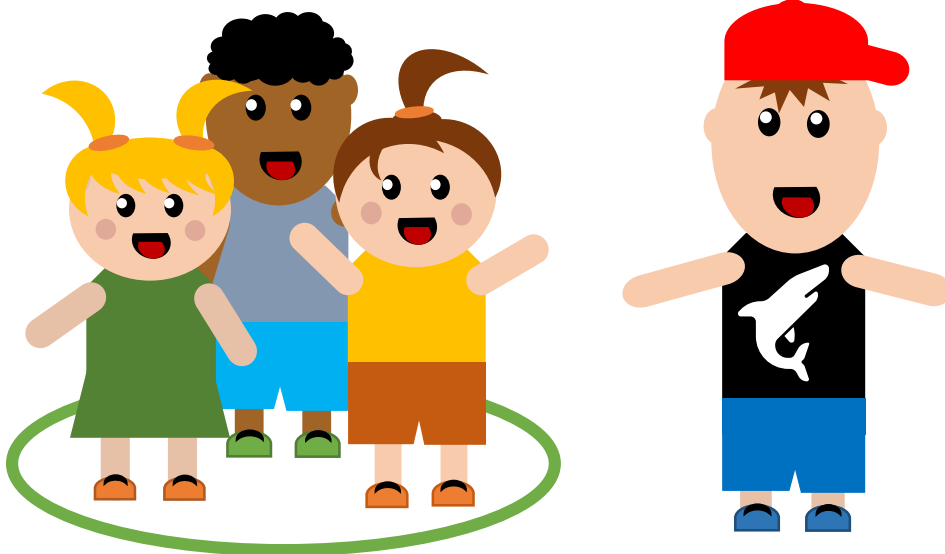


MODERAT/HØY INTENSIV LEK



HAIEN KOMMER



HAIEN KOMMER

Hensikt

I Haien kommer skal barna «svømme» rundt, før de må løpe med høy intensitet tilbake til «huset sitt» for å unngå å bli tatt av haien.

Utstyr

Tre rockeringer med ulik farge.

Forklaring

1. Ett barn er hai (evt. med en voksen) og står i en rockering midt i lekeområdet.
2. De andre barna fordeler seg i rockeringene (gjerne bare to i starten) som ligger i lik avstand fra midten.
3. Barna får navn etter fargen på rockeringen de står i, f.eks. gul fisk, rød fisk e.l.
4. Haien/ voksne kaller ut fiskene som skal ut å svømme.
5. Fiskene som er kalt ut løper rundt haien til haien roper: «Haien kommer!»
6. Nå skal fiskene svømme så raskt som mulig hjem til huset sitt, mens haien skal prøve å fange så mange fisker som mulig.
7. Fiskene som blir tatt er nå haier og stiller seg i rockeringen i midten av lekeområdet.

Variasjon

- Hvis en ønsker å arbeide med f.eks. former, kan en bruke ulike former som «hjem» i stedet for rockeringer. Da heter fiskene det samme som formen de står i. En kan f.eks. bruke hoppetau til å lage former eller tegne med kritt på bakken.
- Som progresjon i leken kan en legge til flere fiskeslag, samt øke avstanden som de må løpe for å komme hjem.
- Som variasjon kan en bruke ulike måter å forflytte seg på, f.eks. gå, hinke, krype, eller være ulike dyr.