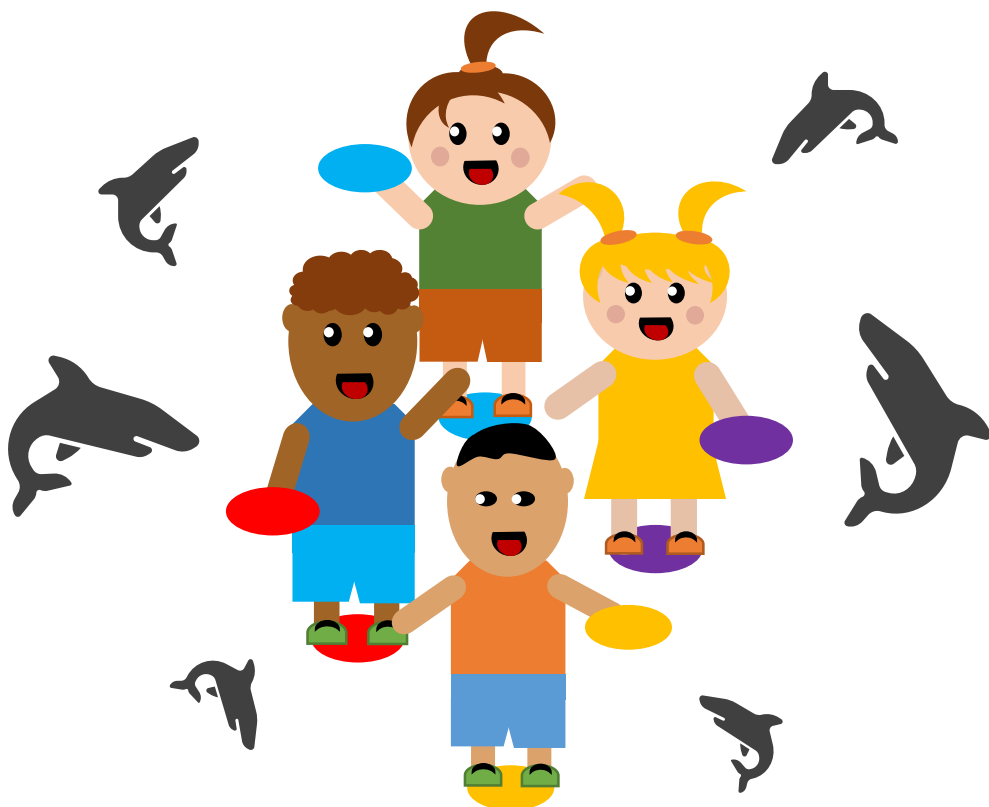


MODERAT/HØG INTENSIV LEIK



HAILØP



HAILØP

Hensikt

I denne leiken skal barna forflytte seg raskt som råd frå ein stad til ein annan ved hjelp av t.d. motorikkskiver. Leiken har moderat til høg intensitet sidan barna skal arbeide raskt og må bøye seg ned for å hente opp motorikkskivene, samt hoppe oppå motorikkskivene.

Utstyr

2 motorikkskiver eller liknande (t.d. rockeringar, puter) per barn

Forklaring

1. Barna stiller seg oppå den eine motorikkskiva og har den andre i handa.
2. Barnet skal no komme seg over leikeområdet utan å trø på golvet. Ein kan leike at golvet er hav og ein skal unngå haien som er i havet (set gjerne kjegler eller anna på leikeområdet som er haiar). Barnet forflyttar seg ved å leggje ned den andre motorikkskiva framfor seg og går/hoppar over på denne.
3. Deretter må barnet flytte motorikkskiva som ligg bak - over hovudet og leggje den ned framfor seg og så hoppe over på denne osv.

Variasjon

- Ein kan utvide leiken ved å leggje til kjegler eller anna som er haiar. Den vaksne kan no gjere det vanskelegare for barna ved å flytte på «haiane» undervegs i leiken. Dersom barnet kjem mot ein hai, må barnet no skifte litt retning for å unngå haien.
- Ein kan gjere denne leiken i gruppe ved at ein har to matter. Her skal barna komme seg frå den eine delen av rommet til den andre, utan å vere i golvet. Barna må samarbeide om å flytte den tomme matta framover, deretter hopper dei over på matta og flyttar den andre framfor igjen osv.