

MODERAT/HØG INTENSIV LEIK



## UT I BYEN



# UT I BYEN

## Hensikt

I denne aktiviteten skal barna springe i høg intensitet tilbake til «huset sitt» etter å ha vært ein tur «i byen». Barna øver samstundes på det å ta imot ein beskjed og kjapt velje rett «hus».

## Utstyr

Rockeringar

## Forklaring

1. Legg ut rockeringar i ulike fargar. Rockeringane illustrerer byen med hus i ulike fargar.
2. Barna spring rundt omkring rundt ein vaksne, medan den vaksne nynnar «Ut i byen, ut i byen» om den vaksne vil.
3. Når barna har sprunge nokre rundar ropar den vaksne: «Spring heim til det raude huset ditt». Barna skal då springe til den raude rockeringen.
4. I neste runde kan den vaksne rope ein annan farge.

## Variasjon

- Ein kan variere måten barna forflyttar seg på, t.d. kan dei krype, åle, hinke, hoppe.
- Ein variasjon til leiken «Ut i byen» er leiken «Finn eit tre». Her merkar ein trea med ulik farge (band eller anna). Barna spring så fritt i skogen heilt til den vaksne ropar: «Finn eit gult tre». Barna spring då til treet som har rett farge. Barna skal så ut å springe igjen (eller t.d. hoppe). Den vaksne ropar så at barna skal finne eit nytt tre, og barna spring til treet med rett farge.