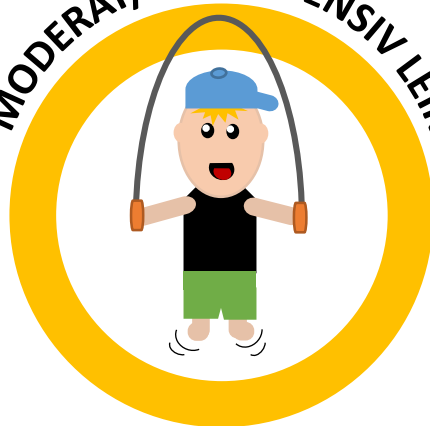
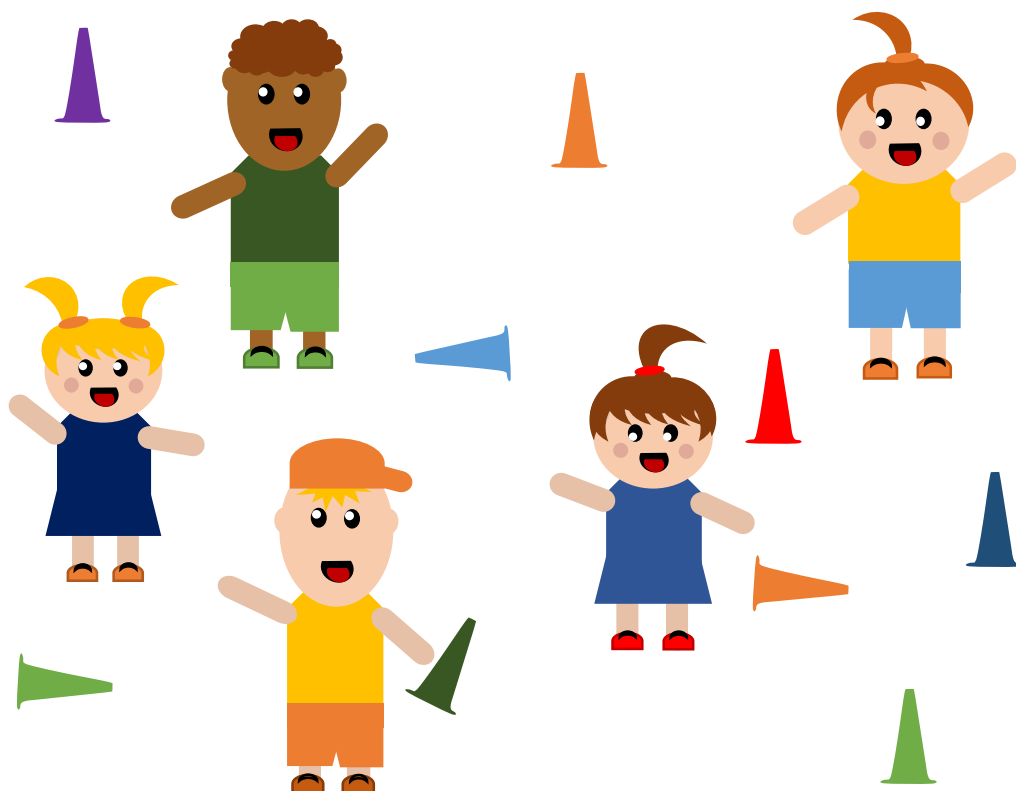


MODERAT/HØG INTENSIV LEIK



VELTEPETTER



VELTEPETTER

Hensikt

I Veltepetter vil barna vere aktive i moderat til høg intensitet, ved at barna konkurrerer i to lag om å velte eller setje opp kjegler.

Utstyr

Kjegler

Forklaring

1. Del barna i to lag.
2. Fordel alle kjeplene utover golvet.
3. Oppgåva til det eine laget er å velte kjeplene (med hendene), medan det andre laget skal setje dei opp igjen.
4. Kor mange kjegler ligg og kor mange står etter eitt minutt?
5. Bytt roller i neste omgang.

Tips

- Legg gjerne inn ein regel om at det ikkje er lov å velte den same kjepla to gonger på rad, då blir det meir aktivitet.