

SK LERNES MOTIONS DAG

SBBS
.INFO



Aktivitet

Kinesisk rundbold (fra legepatruljen.dk)

Krav

Bolde i forskellige størrelser, evt. ærteposer. 10-20 deltager.

Beskrivelse

Alle mand stiller sig i en stor rundkreds, med ca. 1,5 m. afstand. Én starter med at kaste bolden videre til den næste, og så igen til den næste. HVIS en person IKKE griber bolden, skal vedkommende samle bolden op og aflevere til den person, som han/hun rigtig skulle have haft kastet videre til, og derefter løbe hele vejen rundt om rundkredsen. Samtidig skal de, der er tilbage i rundkredsen, skynde sig at få kastet bolden hele vejen rundt i rundkredsen, inden personen, der løber, når tilbage på sin egen plads. Hvis personen, der løber, ikke når tilbage, må han/hun løbe en runde mere, og så dan fortsætter man. Maks. tre omgange. MEN hvis personen, som løber, når tilbage på sin egen plads inden bolden, kaster personen bare bolden videre til den næste person. Og sådan kan legen fortsætte, indtil man ikke gider mere.

Er deltagerne gode til at gribe, kan I prøve med flere bolde på én gang. Er deltagerne rigtig gode, skal alle klappe hver gang, der er én der løber. Prøv med forskellige størrelser og typer af bolde.



dansk
skoleidræt



TrygFonden

