

# Ståtrold med atletik

## Løb, spring og kast // 1.-2. klasse

### Aktiviteter:

Eleverne leger fangelegen Ståtrold. For at befri en kammerat skal der laves en bevægelse foran den fangede, som kopierer bevægelsen. Bevægelserne gennemgås i rundkreds, inden legen går i gang.

Forslag til bevægelser, der kan befri:

Kaste-arm

Springe højt

Hinke

Løbe på stedet

Springe over kammerat

### Generelle tilpasninger:

- Benyt afgrænsede områder.
- Gentag aktiviteten flere gange.

### Bevægelsesvanskeligheder:

- Tal i fællesskab om mulighederne for at ændre en befri-bevægelse til en anden. Det kan for eksempel være at løbe rundt om en kørestol i stedet for at springe over en kammerat.

*Kilde: Alle til idræt, Handicapidrættens Videnscenter*