

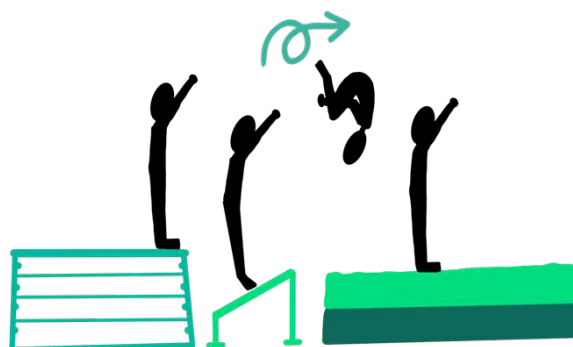
Redskabsbaner

Redskaber



Omvendt trampolin

Er velegnet til at øve rotationer



Omvendt trampolin bygget op med stålpinte og madras

Er velegnet til at øve rotationer



Raketbane

Giver ekstra fart og velegnet til at øve vejrmølle, rondat og kraftspring



Modtagningsplinten

Tænk over og tal om

- Snak om, hvordan I laver den bedste modtagning på de forskellige baner. Gennemgå en bane ad gangen og svar på nedenstående spørgsmål:
 - Overvej, hvilken modtagningsform I selv har behov for og hvorfor.
 - Hvor mange skal der være i modtagningen?
 - Hvordan og hvor skal I være placeret i modtagningen?
 - Snak om, hvad vi gerne vil opnå med modtagningen, da det nemt kan variere fra elev til elev.
- Hvad er altid vigtigt at huske, når man skal lave en god modtagning?
 - Tag udgangspunkt i *Modtagningsplinten* i jeres snak.

