

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

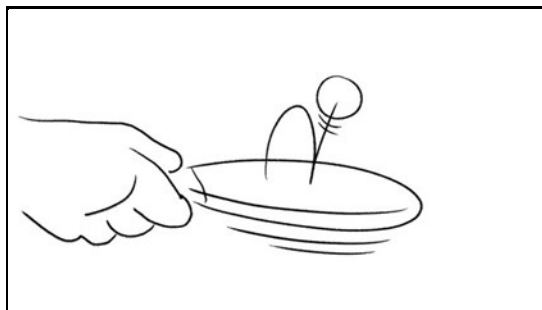
Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

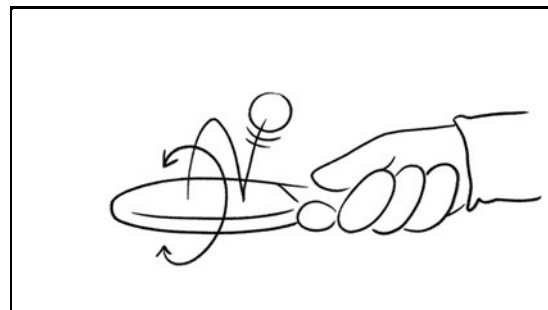
Bats og bordtennisbolde.

ANTAL:2 el. flere
3 el. flere
4 el. flere**Vend:**

Bordtennis kan du spille med både bøger, hænder og bat. Et bat har to forskellige sider med to forskellige flader. Nu både kan og skal du bruge begge flader.

SÅDAN GØR DU:**Ramme bolden med battet**

Tag battet i hånden og se, hvor mange gange du kan ramme bolden?

**Ramme bolden skiftevis**

Ram bolden skiftevis på den ene og anden side af battet. Hvor mange kan du tage? Kan du også ramme bolden på kanten af dit bat, når det holdes lodret?

**Drible**

Kan du drible, hvor du slår bolden ned i gulvet?

**Info til den voksne**

Vis øvelsen og lad børnene tælle. Hjælp med at tælle for børnene.



Vend Pandekager

Klar
Parat
START

Bordtennis kan du spille med både bøger, hænder og bat. Et bat har to forskellige sider med to forskellige flader. Nu både kan og skal du bruge begge flader.

Tag battet i hånden og se, hvor mange gange du kan ramme bolden?

Ram bolden skiftevis på den ene og anden side af battet. Hvor mange kan du tage?

Kan du også ramme bolden på kanten af dit bat, når det holdes lodret?

Kan du dribble, hvor du slår bolden ned i gulvet?

Voksen: Vis øvelsen og lad børnene tælle. Hjælp med at tælle for børnene.

Kids
Sport