

IDEATYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

I denne aktivitet skal hvert hold bruge et fladt boldtræ og en cricketbold

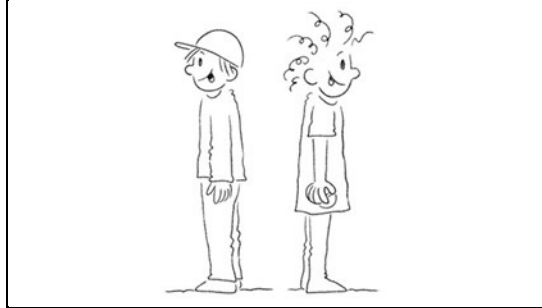
ANTAL:

- 2 el. flere
- 3 el. flere
- 4 el. flere

Revolver:

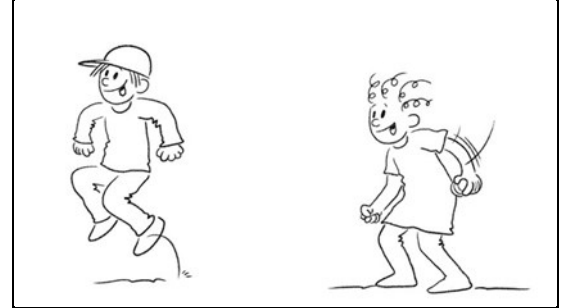
Når politiet skal fange en tyv, så skal de være hurtige med revolveren. I skal nu i denne boldleg lege, at I nu er en hurtig politimand.

SÅDAN GØR DU:



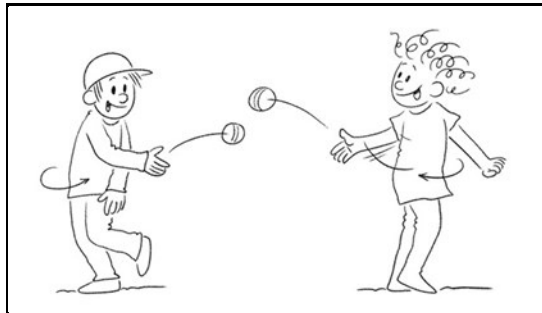
Gå sammen to og to

Stå med ryggen til din makker med et par meters afstand



En hoppe og en vender sig om

Den ene hopper op i luften, mens den anden vender sig om. Når den ene lander på begge fødder så kaster makkeren bolden med et underhåndskast til højre eller venstre. Kan du være hurtig og gribe bolden med en hånd, ligesom når politiet hurtigt skal trække sin revolver? Husk at bytte



Stå med ryggen til hinanden

Begge står med ryggen til hinanden og tæller ned fra 3-2-1 NU. Begge vender sig samtidig og kaster bolden til hinanden. Info til den voksne: Vis gerne, hvordan og hvor hurtigt en "revolver" kan trækkes.



“Revolver”

Træk revolveren

Power

Når politiet skal fange en tyv, så skal de være hurtige med revolveren. I skal nu i denne boldleg lege, at I nu er en hurtig politimand...

Gå sammen to og to. Stå med ryggen til din makker med et par meters afstand. Den ene hopper op i luften, mens du vender dig om. Når du lander på begge fødder, så kaster din makker bolden med et underhåndskast til højre eller venstre. Kan du være hurtig og gribe bolden med en hånd, ligesom når politiet hurtigt skal trække sin revolver? Husk at bytte.

Begge står med ryggen til hinanden og tæller ned fra 3, 2, 1 NU. Begge vender sig samtidig og kaster bolden til hinanden.

Voksen: Vis gerne hvordan og hvor hurtigt en 'revolver' kan trækkes...

Kids
Sport