



Se animationsvideoen ved at scanne QR koden her

IDETYPE:

Motorik og sanser

ALDERSGRUPPE:

Fra 5 år

REKVISITTER:

Fitnessmåtte (1 stk.) og skumbold (1 stk.).

ANTAL:

1 el. flere

VARIGHED:

Fra 10 minutter

Rullepølsen:

Træning/stimulering af de tre primære sanser: Laybrint-/vestibulærsansen, muskel-ledsansen og taktil-/følesansen. Bag om legen - at blive lavet om til en rullepølse, som først masseres og derefter rulles, stimulerer taktil-/følesansen, muskel-ledsansen og træner labyrint-/vestibulærsansen. Dels får barnet en masse føleindtryk af at blive trykket, klemt og masseret. Men også fornemmelsen af at være tæt omsluttet af liggeunderlaget, giver et massivt sanseindtryk.

Variation: Labyrintsansen kan også trænes på en lidt mindre actionpræget måde ved, at barnet bliver gynet i en hængekøje/sanse-gynge, bliver drejet rundt på en kontorstol eller får en tur på legepladsens karrusel. Man kan også tilbyde en sving-rundt tur, eller lade barnet selv dreje rundt om sig selv, slå kolbøtter og trille ned af en bakke.

SÅDAN GØR DU:



Massere

Start med at massere, trille med en blød/nuppet bold.



Liggeunderlag

Barnet rulles ind i et liggeunderlag eller et tæppe.



Sikkerhed

Sørg for at hovedet stikker ud af den ene ende af rullepølsen - og benene i den anden.



Tryk, massere og klem

Tryk, massér og klem lidt på rullepølsen.



1-2-3-nu

På "1-2-3-nu" trækker den voksne med et snuptag i den ene ende af liggeunderlaget.



Ruller

- og barnet ruller rundt og ud på madrassen.

