

Op, hop, stop – ude eller inde



Fokus på styrke og stabilitet, hæmning af impulser, mental fleksibilitet

Barnet udvikler sig ved hele tiden at bryde grænser og tage chancer. Spændingen driver dem til erkendelser af, hvilken slags kompetencer de har, i forhold til de udfordringer, der er i deres miljø.

Landingslegene her er dermed endnu en aktivitet, som øger barnets forståelse af egen styrke samt kropsbevidsthed. Variation og graduering i landingslegene er med til at udvikle postural kontrol og motoriske kompetencer, så som smidighed, balanceevne og koordinationsevne. Variation og graduering kan ske ved at ændre på, hvor der **hoppes fra** og hvilket underlag barnet **lander på**.

Aktivitetsbeskrivelse

Aktiviteten kan finde sted både ude og inde.

Der kan anvendes skamler, små stole, bænke eller højere stole, som børnene står i kø på. Eller der kan hoppes fra sandkassekanten og ned i sandet.

Derudover kan der fx anvendes: Madras, hulahopring, et farligt tøjdyr, et tæppe, en stang, en gren, et sværd, en avis.

Lad børnene være med til at gøre klar til leg. Lad dem hjælpe med at skubbe bænk eller bord og lad dem hente skamler og stole til køen. Der må være et barn ad gangen på bordet eller på bænken, som der skal hoppes ned fra.

Vigtigt at børnene ikke kan skubbe hinanden ned fra bord og bæk.

Fortæl en historie imens. Der kan være krokodiller i "vandet", når børnene hopper ned og der kan være et tøjdyr eller en fisker som kilder dem. Historierne undervejs styrker fantasien og sproget og øger spændingen, engagementet og lysten til deltagelse og gentagelse.



Hoppe ned fra bænk, bord eller vindueskarm på madras.



Hoppe gennem hulahopring



Hoppe over gren.



Hoppe ned i avisside



Hoppe gennem hulahopring og blive kysset, krammet, nappet af sødlig tigger.



Hoppe ned i "bølgerne"...



... og bliv fanget og krammet af fiskeren.