

Ærteposetagfat



Ærteposetagfat

En leg
med fokus på
styrke, stabilitet,
mental fleksibilitet,
hæmning af impulser
og finmotorik



Derfor leger vi
— en kropslig tilgang til
skoleparathed

Praktisk

Legen er en fangeleg, som kan leges over alt
– både ude og inde.

Udstyr

Ærteposer. Én ærtepose pr. deltager.
2-3 overtrækstrøjer.

Aktivitetsbeskrivelse

Børn og voksne står i en rundkreds med god
afstand. Hvert barn får en ærtepose, som placeres
oven på hovedet.

To eller tre af børnene udnævnes til fangere og
ifører sig – udover ærteposen på hovedet – hver
en overtrækstrøje.

Alle løber rundt imellem hinanden. Ingen rører
ved eller holder på sin ærtepose.

Fangerne forsøger at skubbe ærteposen ned fra
hovedet på de andre deltagere.

Mister man sin ærtepose, må man stille sig dér,
hvor ærteposen faldt ned, med hænderne i vejret
og vente på hjælp fra en kammerat.

Man bliver reddet og er med igen, når en kammeret
kommer til undsætning og samler ærteposen op
fra jorden og placerer den på hovedet igen.

Taber man sin egen ærtepose under **"rednings-
aktionen"**, må man stille sig med hænderne i vejret
og vente på hjælp fra en anden.

Man kan ikke blive fanget, når man er i færd med at
hjælpe en kammerat med at få ærteposen tilbage
på hovedet.

Hvis en fanger mister sin ærtepose, må han/hun
ligeledes stille sig med armene i vejret og vente
på at blive reddet af en anden fanger.

Legen afbrydes med jævne mellemrum og der
udpeges to nye fangere.

Voksenrolle

Den voksne præsenterer legen gennem tydelig
verbal instruktion og viser evt. med egen krop nogle
af aktivitetens elementer.

Når legen er i gang, agerer den voksne opsynsmand
og hjælper til ved eventuelle uoverensstemmelser
og lignende.

Derudover er det den voksne, som styrer, hvornår
der skal udpeges nye fangere.

Hvis legen bliver for vild eller for ensformig, kan
den voksne justere fokus ved f.eks. at give instruk-
tionen:

**"De næste 2 min. gælder det om at redde så mange
som muligt!"**

Forslag til justeringer

(Op) Flere fangere i legen

(Ned) Færre deltagere i legen

(Ned) Deltagerne må kun gå og ikke løbe