

Fysisk Aktivitet

for Fysiktimer
5. - 7. trinn.

Leker:

- Ulven og reven
- Slå på ring
- Sisten
- Hoppetau
- Stiv heks
- Paradis
- Do sisten
- Stafett
- Knutemor
- Grønt og rødt lys
- Gjemsel
- Boksen går
- Erteposeløp
- Katt og mus
- Lene stolene



Ball:

- Ti trekk (gjøre 10 pasninger i laget)
- Stikkball
- Fotball
- Basket
- Kanonball
- Spretball
- Håndball

Vinter:

- Ski
- Ake (Rumpebrett)
- Snømann
- Snøborg
- Hopp
- (Den snurrige fotografen)
- Stafett (f.eks. Ertepose , ball, pinne ect)
- Tarzan løype
- Bilde bukk

Sangleker:

- Alle barna klapper (tramper, Danser, smiler,
- Bjørnen sover
- Slå på ring
- Ta den ring

