



Leg med højder



Når I færdes i naturen, kan I have særligt fokus på genstande, som I kan kravle op på.

Store sten, klatretræer, træstammer og bænke kan benyttes til spontane motoriske lege, hvor man samtidig kan give børnene mulighed for at undersøge og lege med højder.

For de helt små børn er det udfordring nok bare at klatre op og ned på genstanden og måske forsøge at rejse sig og holde balancen. I kan også løbe rundt om genstanden på forskellige måder.

Brug højderne på jeres rollelege, kravl op og sid på genstandene, leg, at det er heste, og kør i bus og tog, og syng »Hjulene på bussen ...«. Mærk også på overfladen. Er den glat, ru eller kold?

De større børn kan udfordres ved at have lukkede øjne, kravle op uden at bruge hænderne, kravle baglæns op og ned, hoppe højt og langt ud fra stenen, parvis kravle op, stor og lille sammen, hoppe ned og lave kolbøtte, klappe i luften, ligge på maven eller ryggen på stenen osv.

Efterhånden får børn og voksne øjnene op for de mange muligheder, og børnene oplever bevægelsesglæde, får undersøgt højder, bliver tilvænnet til højder, bliver udfordret og overvinder grænser.