

HEJSAN BARNEN!

Vet ni att varje barn har rätt att vara aktivt och leka?

Varje barn har rätt att vara aktivt och få leka på just det unika sätt som barnet vill och som passar just det barnet. Det är viktigt att var och en själv får hitta de trevliga och säkra sätt som passar dem. Utifrån dem kan man senare lära sig nya aktiviteter.

Jag gillar i synnerhet att kasta boll. Däremot gillar jag inte balanslekar så värst mycket, eftersom jag tycker att de är besvärliga och ibland lite skrämmande. Men ändå är det viktigt att också träna sådant som jag inte är speciellt bra på och därför inte heller gillar.

Nu provar jag också modigt på balanslekar. Jag gör det med Spindeln. Därefter provar jag på att hoppa med min kompis Haren. Sedan försöker jag klättra på Ekorrens klättringsställe. Olika galoppsteg tränar jag med Hästen. Sedan är det turen för min favoritlek som är att kasta bollar! Till sist kopplar jag av på Igelkottens pausställe. Där kan jag krama och smeka en mjukleksak eller en vuxen.

Prova också du på att vara aktiv på olika sätt! Samtidigt lär du dig något nytt. Det är också en av barnets rättigheter.

Hälsningar

TIUKU

Tips för genomförandet:

I dagens tema kan ingå vilka som helst motionsaktiviteter, som passar er grupp. Ni kan också diskutera vad Tiukus vänner skulle vilja göra. I detta sammanhang går det också lätt att ta upp olikheter och diskutera ämnet inom er grupp på ett lämpligt sätt; t.ex. att vissa gillar fartfyllda lekar, någon gillar att bygga, någon föredrar lugna platser, någon är jättesnabb och någon föredrar att undvika högljudna platser.

Ni kan med barnen tillsammans skapa en motionsbana antingen inomhus eller utomhus. Vid planeringen och genomförandet av banan kan ni utnyttja den färdiga kartan över Hoppsan-skogen, som finns i materialet.

Materialtips för de olika platserna i Hoppsan-skogen:

- Bollar och korg.
- Tyger till igelkottsboet och mjukleksaker som barnen får krama.
- Tillräckligt med utrymme för en plats där barnen kan hoppa och galoppera.
- För balansleken kan ni använda en lång bänk eller göra ett streck på golvet.
- Klättringsplatsen behöver inte vara hög, inomhus kan den byggas t.ex. av stolar och bord.

