

IDETYPE:

Ildræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

Softball bold og bat.

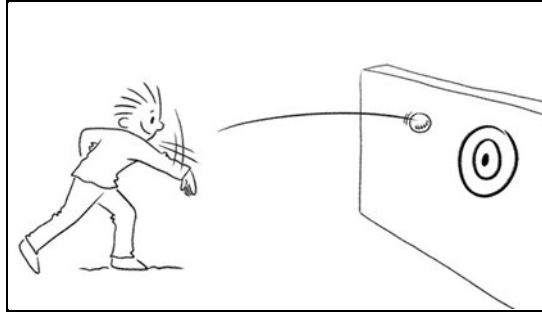
ANTAL:

- 1 el. flere
- 2 el. flere
- 3 el. flere
- 4 el. flere

Plet:

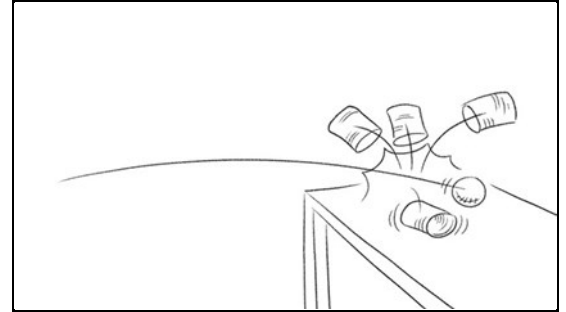
Det er altid godt at kunne kaste og ramme plet, f.eks. når der spilles stikbold i frikvarteret i skolegården. I softball glæder det også om at kunne kaste præcist. Nu skal I indstille sigtekornet, og se om I kan kaste med præcision.

SÅDAN GØR DU:



Ramme med bolden

Find en spand eller et træ som I ramme med bolden. I kan også bruge en mur, som I kan kaste bolden op ad. Vælger I at kaste mod en mur, så find et sted på muren, som I kan sigte efter (tegn evt. en skydeskive på muren med et stykke kridt - spørg om lov inden I begynder at tegne). Kan I mon ramme?



Vælte

Find evt. også nogle dåser, plastikkrus, bøtter eller andet frem, som kan stables. Kast bolden med overhåndskast og se hvor mange I kan vælte.



Info til den voksne

Hjælp med at finde ting, som børnene kan skyde mod.



“Plet”

Crazy

Præcisionskast

Det er altid godt at kunne kaste og ramme plet, f.eks. når der spilles stikbold i frikvarteret i skolegården. I softball glæder det også om at kunne kaste præcist. Nu skal I indstille sigtekornet, og se om I kan kaste med præcision.

Find en spand eller et træ som I ramme med bolden. I kan også bruge en mur, som I kan kaste bolden op ad. Vælger I at kaste mod en mur, så find et sted på muren, som I kan sigte efter (tegn evt. en skydeskive på muren med et stykke kridt - spørg om lov inden I begynder at tegne). Kan I mon ramme?

Find evt. også nogle dåser, plastikkrus, bøtter eller andet frem, som kan stables. Kast bolden med overhåndskast og se hvor mange I kan vælte.

Voksen: Hjælp med at finde ting, som børnene kan skyde mod.

Kids
Sport