



Se animationsvideoen ved at scanne QR koden her

IDETYPE:

Leg og bevægelse

ALDERSGRUPPE:

Fra 5 år

REKVISITTER:

Sjippetov.

ANTAL:

1 el. flere

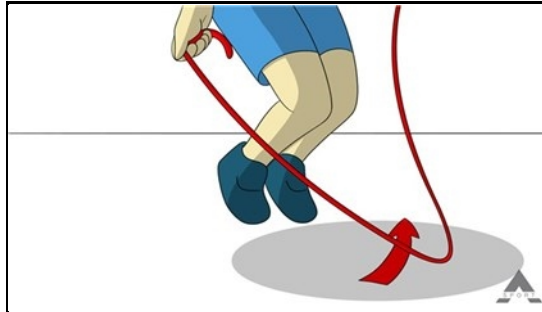
VARIGHED:

Fra 10 minutter

Sjippemesteren:

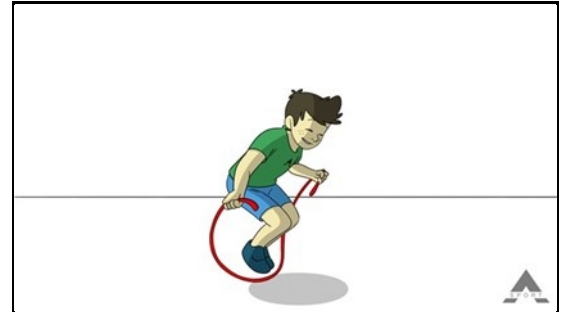
Øvelse gør mester! Sjip selv på følgende måder og bliv sjippemester: Kan du lave twist-hop uden at blive en snurretop? Kan du lave skihop uden at stå på ski? Kan du sjippe baglæns uden at gå i kludermutter? og kan du svinge tovet rundt to gange for hvert hop uden at juble?

SÅDAN GØR DU:



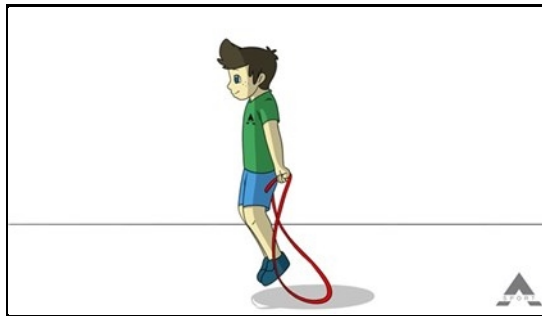
Twist hop

Du prøver at lave twist-hop



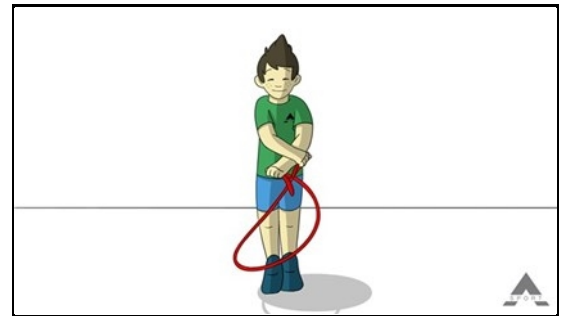
Skihop uden ski

Det er svært at lave skihop uden at stå på ski. Men du prøver lige om du kan...



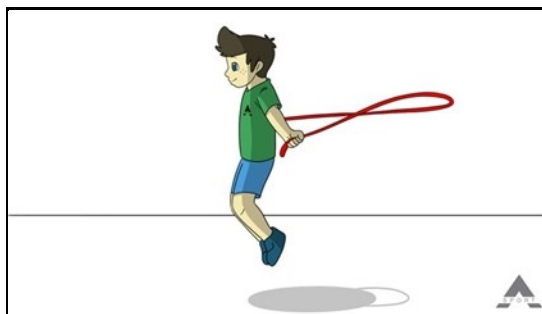
Sjippe baglæns

At sjippe baglæns kræver rigtig meget koncentration



Sjippe med krydsede arme

Du starter med at sjippe almindeligt og prøver efter god rytme at sjippe et par gange med krydsede arme. Øvelse gør mester.



Tovet rundt to gange

Kan du svinge tovet rundt to gange for hvert hop? Prøv det lige!