

IDETYPE:

Idræt og Træning

ALDERSGRUPPE:

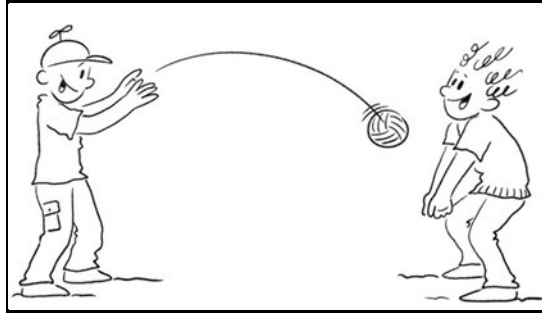
Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

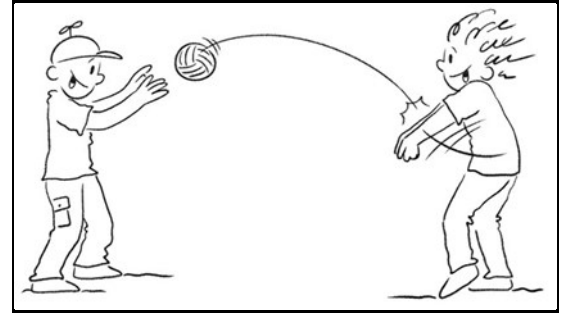
En volleyball og en ballon.

ANTAL:2 el. flere
3 el. flere
4 el. flere**Bagger:**

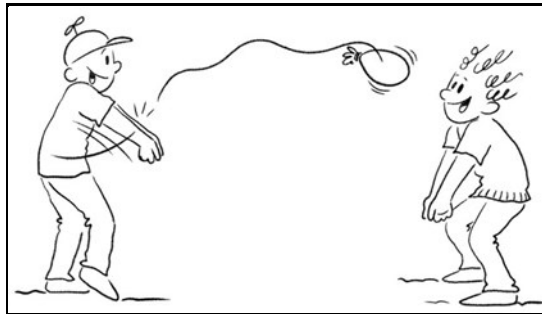
I volleyball er der et skud, man kalder baggerslag. Griber makkeren bolden efter et baggerslag, kan man kalde det et 'Makkerslag'. Se om I både kan lave baggerslag og et 'makkerslag'? Baggerslag: Hænderne samlede og armene strakte med parallelle tommelfingre, der peger mod gulvet. Bolden rammes mellem albueledet og håndroden.

SÅDAN GØR DU:**Kaste bolden**

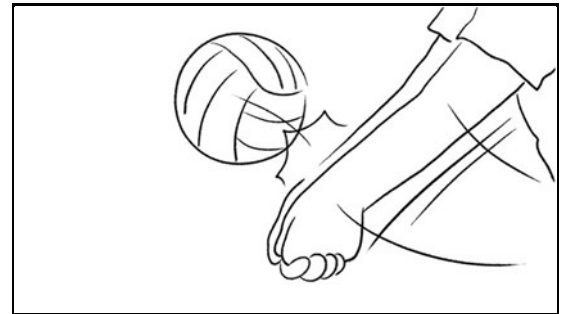
Kast langsomt bolden hen til makkeren, der står ca. 2-3 meter væk, og se om han kan lave et baggerslag?

**Makkerslag**

Hvis den, der kastede bolden, griber bolden, når den kommer tilbage fra et baggerslag, har I sammen lavet et 'makkerslag'.

**En ballon**

Prøv også med en ballon at spille baggerslag frem og tilbage til hinanden.

**Info til den voksne**

Vis hvordan man laver et baggerslag.



“Bagger”

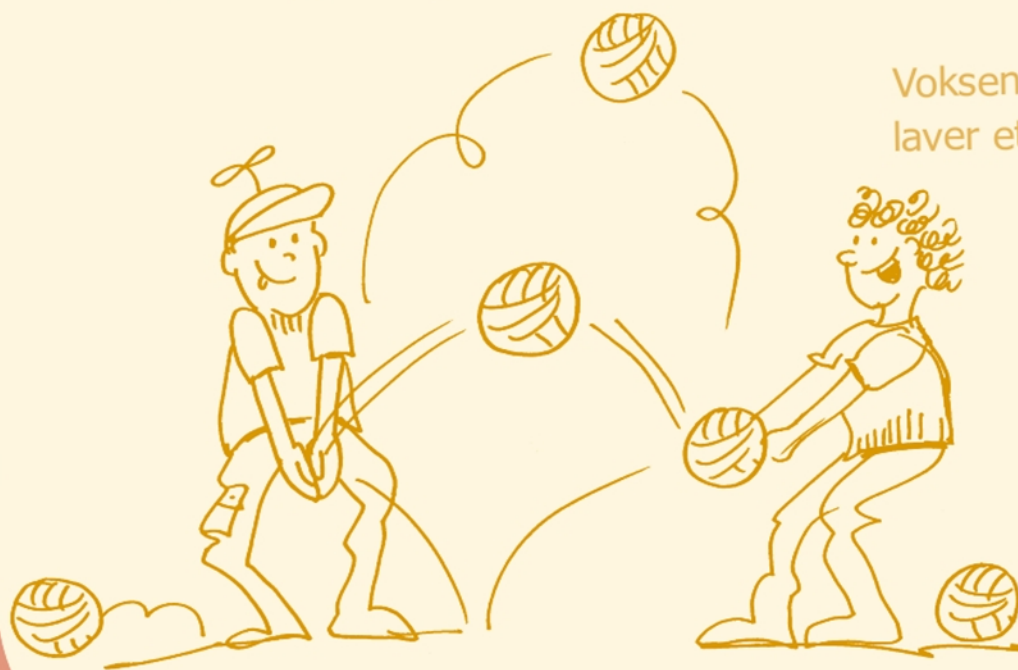
Crazy

Baggerslag eller makkerslag!

I volleyball er der et skud, man kalder baggerslag. Griber makkeren bolden efter et baggerslag, kan man kalde det et 'Makkerslag'. Se om I både kan lave baggerslag og et 'makkerslag'?

Baggerslag: Hænderne samlede og armene strakte med parallelle tommelfingre, der peger mod gulvet. Bolden rammes mellem albueleddet og håndroden.

Kast langsomt bolden hen til makkeren, der står ca. 2-3 meter væk, og se om han kan lave et baggerslag? Hvis den, der kastede bolden, griber bolden, når den kommer tilbage fra et baggerslag, har I sammen lavet et 'makkerslag.' Prøv også med en ballon at spille baggerslag frem og tilbage til hinanden.



Voksen: Vis hvordan man laver et baggerslag.

Kids
Sport