



Se animationsvideoen ved at scanne QR koden her

IDETYPE:

Motorik og sanser

ALDERSGRUPPE:

Fra 2 år

REKVISITTER:

Easy grip bold (Ø12 cm), yuck-e-balls, massagebold (Ø6 cm), soft håndbold, antistress bold, koosh bold, squellet ball og en måtte.

ANTAL:

1 el. flere

VARIGHED:

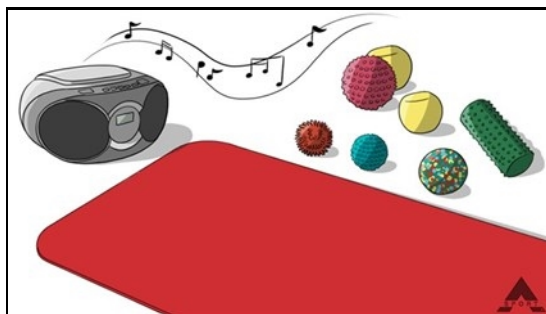
Ca. 15 minutter

Stjernestund med sansebolde:

Stunden bliver til ved at finde tre ting. En pose fyldt med små, store, bløde, hårde, sjove og nubrede bolde. En sansebold er en sjov og stimulerende bold, der er med til at stimulere vores følesans og synssans. Afdæmpet og afslappende musik og et rum med mulighed for at ligge ned. Børnene går typisk sammen to og to, hvor den ene er modtager og den anden er bold-massør. Den voksne bidrager med at skabe stemning i rummet. Det er oplagt at bruge baggrundsmusik uanset om det er baggrund for en fortælling eller som en måde at 'give farve' til rummet og til bevægelserne. Både af hensyn til organisering, wellness og varme er det en god idé at bruge en airexmåtte/yogamåtte. Det barn, der modtager bold-massage vil måske gerne starte med at ligge på maven, men det er fint at blive bevidst om både for- og bagside. Bold-massøren kan for både opmærksomhed og for variation både trille, rulle, massere, duppe, trykke eller cirkulere bolden. De kan massere varsomt, kraftigt, langsomt, hurtigt eller iltet, og endelig er variationerne næsten uendelig ved at udskifte bolden med andre typer eller størrelser af bolde. Når det er foreslået, så kan aktiviteten få ny karakter ved at variere på det sociale domæne. Børnene kan give eller modtage med lukkede øjne og på den måde flytte mere opmærksomhed til den taktile sans. Flere børn kan gå sammen og give multimange-boldmassage til én modtager, eller børnene kan ændre stilling fra liggende til stående både som modtager og massør. De kan sidde på måtter med hver deres bold, og på den måde massere sig selv med bolden - også under fødderne. De kan spejle hinanden eller en fælles leder i midten.

Variation: Når man leger med sansebolde er det kun fantasien der sætter grænser. Og de er sjove for både store og små.

SÅDAN GØR DU:



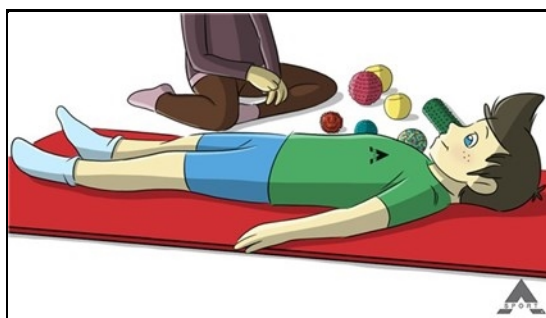
Stjernestund

'Stunden' bliver til ved at finde tre ting. En pose fyldt med sansebolde. Afdæmpet og afslappende musik og et rum med mulighed for at ligge ned.



To og to

Børnene går typisk sammen to og to, hvor den ene er modtager og den anden er bold-massør.



Måtte

Både af hensyn til organisering, wellness og varme er det en god idé at bruge en airexmåtte/yogamåtte.



Modtager

Bold-massøren kan for både opmærksomhed og for variation både trille, rulle, massere, duppe, trykke, cirkulere bolden.



Massør

Bold-massøren kan for både opmærksomhed og for variation både trille, rulle, massere, duppe, trykke, cirkulere bolden.



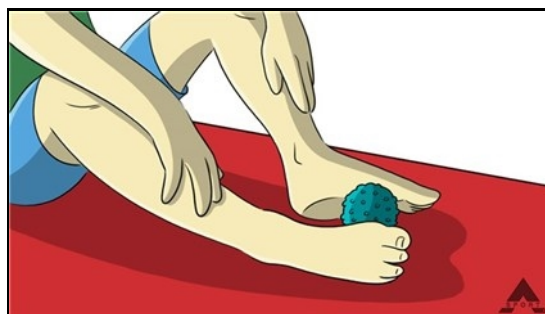
Forskellige bolde

De kan massere varsomt, kraftigt, langsomt, hurtigt eller iltet, og endelig er variationerne næsten uendelig ved at udskifte bolden med andre typer eller størrelser af bolde.



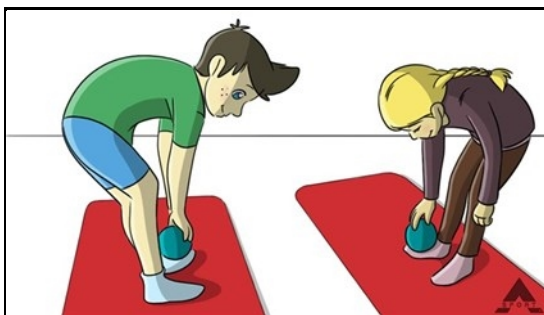
Multimange-boldmassage

Flere børn og en voksen kan gå sammen og give multimange-boldmassage til én modtager.



Siddende massage

Børnene kan sidde på måtter med hver deres bold, og på den måde massere sig selv med bolden - også under fødderne.



Spejle

De kan spejle hinanden eller en fælles leder i midten. God Stjernestund til jer alle!