



Se animationsvideoen ved at scanne QR koden her

## IDETYPE:

Motorik og sanser

## ALDERSGRUPPE:

Fra 5 år

## REKVISITTER:

En multimåtte.

## ANTAL:

2 el. flere

## VARIGHED:

Fra 15 minutter

## Multimåtte - Vælte mur:

Med måtten på højkant er der lavet en "mur" som 2-3 børn i tillid kan læne sig op ad med armene over hovedet, mens 2 andre børn eller voksne holder "muren" netop indtil de to fælles aftaler at lade muren falde. Det virker mest tryk at begynde legen med maven vendt mod måtten mens det straks kræver lidt mere mod, at stå med ryggen mod måtten og lade sig falde bagud. Børnenes længde bestemmer, hvorvidt måtten stilles på den lange side eller den korte side.

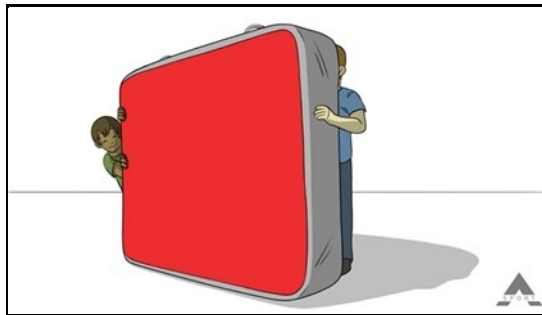
Hvis børnene magter en sikker håndstand er det sjov at bruge legen "vælte mur" på samme måde men med den store forskel, at man ikke står på sine fødder, men starter med at stå på hænder inden muren falder.

Måtten kan bruges som en støttevæg i indlæring og træning af håndstand, idet måtten holdes eller stilles op af en væg og afbøder og bestemmer, hvor langt benene får lov at bevæge sig bagud.

Det er vigtigt at være opmærksom på måttens vibration og at barnet er klar til at gå tilbage til udgangsposition.

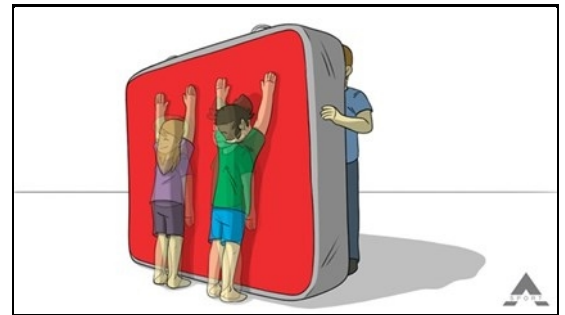
Ligeledes er det vigtigt at holde eller binde måtten fast til væggen, så den ikke vælter med ned over børnene.

### SÅDAN GØR DU:



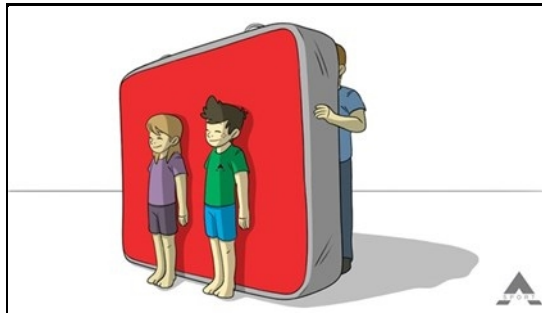
#### Højkant

Måtten stilles i på højkant. Mindst en voksen hjælper til. To eller flere børn eller voksne holder multimåtten.



#### Mur

Med måtten på højkant er der lavet en "mur" som 2-4 børn i tillid kan læne sig op ad med armene over hovedet.



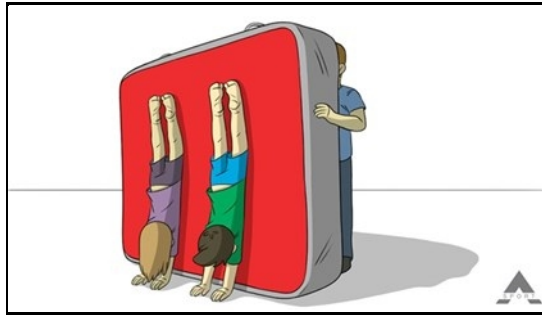
#### Hvordan?

Det virker mest tryk at begynde legen med maven vendt mod måtten mens det straks kræver lidt mere mod, at stå med ryggen mod måtten.



#### Muren falder

På et fælles signal/aftale lader de muren falde. Herefter hæver I multimåtten til en ny mur. Legen er uendelig.



### Håndstand

Hvis børnene magter en sikker håndstand er det sjov at bruge legen "vælte mur" på samme måde men med den store forskel, at man ikke står på sine fødder, men starter med at stå på hænder inden muren falder.