

SOMMAR

Rörelsebingo

Vi önskar er en skön sommar med mycket rörelse!
Till några av aktiviteterna måste du ha med dig en vuxen.



Bada

Hoppa
hopprep

Passa en
boll med
en kompis

Kasta
frisbee

Bygg en
hinderbana

Gör
kullerbyttor

Plocka
blommor

Gör en
tre kamp

Stå på
huvudet

Spela
tennis

Rulla i
gräset

Hoppa
som en
groda

Plocka upp
något från
vattnet

Kasta en
boll så långt
du kan (och
hämta den)

Spela
boccia

Hjula



Rörelsesatsning i skolan