



LÝÐHEILSA

Þrautabraut

2-6 ára

Nemendur fá tækifæri til þess að fara í gegnum þrautabraut í náttúrunni. Þrautabrautir reyna á ýmsa þætti s.s. kjark, líkamlega færni og hreysti, samvinnu og virðingu fyrir náttúrunni.



Markmið

- Að börnin verði læs á umhverfi sitt og náttúru
- Að börnin læri að byggja sig upp andlega og líkamlega
- Að börnin kynnist útiveru í náttúrunni á spennandi hátt



Efni og áhöld

Hér er hægt að nýta einungis það sem náttúran hefur upp á að bjóða á hverjum stað en það getur einnig verið gagnlegt að koma sér upp auka búnaði sem auðvelt er að grípa með í útiveruna.

Tillögur að búnaði sem auðvelt er að ferðast með : Reipi, greinar, litlir hringir, spilastokkur, teningar.



Framkvæmd

Hér gildir að nota hugmyndaflugið, hvaða möguleika bíður svæðið uppá? er eitthvað til þess að þjálfja jafnvægi? hugrekki? þol? er eitthvað sem vekur gleði o.s.frv.

Hér eru hugmyndir um hvernig má nýta búnaðinn

- Reipi - má nota á fjölbreyttan máta, góð leið til þess að fá börnin á sama stað meðan útskýrt er hvort sem það er að raða sér á reipið eða mynda hring með reipinu og börnin safnast saman í hringnum. Reipið nýtist svo á fjölbreyttan hátt sem hluti af þrautabrautinni, auðvelt að móta það á jörðu eða binda milli trjáa til þess að hoppa eða skríða undir.
- Greinar - gott er að eiga búnt af greinum, geta verið af ólíkri stærð, notað í þrautabraut t.d til þess að hoppa yfir, æfa jafnvægi með því að labba með greinina á fingri eða höfði.

- Litlir hringir (t.d. kafhringir eða kasthringir) - má nota til þess að hoppa á milli einnig til þess að þjálfast í þess að kasta, mögulega á grein eða trjástubb en einnig frábær leið til þess að rannsaka náttúruna! Hvað er inn í hringnum þar sem hann lenti?
- Spilastokkur - Hægt að nýta til þess að skipta í minni hópa t.d. eftir sortum eða tölum. Einnig góð leið til þess að gefa fyrirmæli t.d. draga spil, spilið er 8, börnin hoppa 8 sinnum yfir grein.
- Teningar - Notaðir á sama hátt og spilin en einnig hægt að búa til reglur, t.d. má bara fara af stað þegar maður fær töluna 6

Þegar börnin eru farin að þekkja þrautabrautir af ólíkum toga getur verið gaman að leyfa þeim að útbúa sína eigin þrautabraut. Slíkt ýtir undir samvinnu og börnin þjálfast í því að sjá tækifærin til leiks í náttúrunni

Hugmynd að þrautabraut

