



Alternativ makker bordtennis

Materialer: Bordtennisbolde og borde Faciliteter: Gangareal, sal og klasserum
Antal elever: En klasse
Klassetrin: indskoling og mellemtrin
Tid: 20 minutter
Formål: Fremme elevernes samarbejde og at være i bevægelse med høj puls
Beskrivelse: To borde sættes sammen og 4 børn placerer sig på hver sin side af bordene, således at der er et barn pr bordside. Børnene er inddelt i makkerpar og skal dermed spille sammen om at få bordtennisbolden udover modstanderens to bordkanter. Bolden sættes i bevægelse med pust og må ikke berøres med andre kropsdele.
Hvad er vigtigt for at aktiviteten lykkes: Det er vigtigt, at eleverne deltager i bordopstillingen.
Variation og udviklingsmuligheder: Der skabes to rækker for hver bordende med 3 i hver række og der spilles nu rundt om bordet. Den første elev puster bordtennisbolden tværs over bordet og løber ned i modsatte kø. Hvis bolden ryger på gulvet, skal den elev som ikke nåede bolden, tage eksempelvis 5 hop og så er man med igen i spillet. Her er der mindre fokus på samarbejde, og mere fokus på bevægelse rundt om bordet.