

# Rörelsebingo



# utomhus

## Bergsklättring

Spela en låt och låtsas att ni klättrar

## Grodhopp

Hoppa 3 x 30 sek

## Stjärnhopp

Hoppa 3 x 30 sek

## Robotdans

Spela en låt och gör robotdansen

## Popcorn

Gör roliga hopp poppande popcorn

## Promenad

Ta en promenad!

Spring ett varv längst med förskolans staket



Rulla på 5 olika sätt

## Åka skidor

3 x 30 sek

Balansera på någonting du tycker är smalt

Kasta en boll så högt du kan och försök att fånga den

Gå baklänges längst med förskolans staket

Sjung huvud axlar knän och tår och gör rörelserna

Tusenfotingen  
Håll varandra i midjan och ta er över minst 3 hinder

