



ELEFANTSTIKK

Elefantstikk kalles også stikkball eller dansk stikkball, der alle spiller mot alle. Elefantstikk gir mye fart, og kan arrangeres både inne og ute

► UTSTYR:

Du trenger 1 til 3 softballer og kjepler til å merke opp banen.

► PASSER FOR:

Elever på alle trinn
Vanskelighetsgrad kan tilpasses



FYSISK AKTIVITET I SKOLEN

Målet med FYSAK er økt fysisk aktivitet, varig bevegelsesglede og økt trivsel hos alle ungdomsskoleelever. Ressursbanken er støttet av Sparebankstiftelsen DNB



GJENNOMFØRING

ORGANISERING

Alle spiller mot alle i Elefantstikk. Den som har ballen skal prøve å treffe andre elever.

Den som blir truffet, må gå ut av området.

Man blir med i spillet igjen når den som traff deg blir tatt. Den som blir truffet må derfor huske hvilken elev som skjøt.

Hvis ballen går ut av spillområdet, kan de som står utenfor området kaste den inn igjen i spilleområdet. I tillegg roper man hvem man vil skal bli truffet, og da MÅ den som får ballen skyte etter denne spilleren.

Du kan gå tre skritt med ballen i hendene.

Hvis en elev tar ballen i fast grep uten at den er i bakken, regnes dette som treff av den spilleren som kastet ballen.

VARIASJON

Du kan gjøre spillet mer spennende ved å tilføre flere baller. Eller at det kan maksimalt være tre elever som står ute samtidig, det vil si at når den fjerde personen kommer ut på sidelinja, så går den første personen inn igjen.



FYSAK-MATERIELL

Fysak-aktiviteter og materiell for nedlasting på: www.fysak.net

SE VIDEO:

Scan qr-kode for å se instruksjonsvideo av denne aktiviteten

