

Titel	4. Tæppe-ræs
Målgruppe	1.-6. klasse
Beskrivelse	Regler: To og to skal eleverne skubbe hinanden på tæpestumper rundt på løbebanen på tid. Hvilket hold får den bedste tid?
Antal deltagere	4-6 elever
Estimeret tidsforbrug	5-10 minutter
Lokale/område/ redskaber	Løbebanen på 3. sal 1 tæppe til hvert hold Stopur/tlf. til tiden
Formål med aktiviteten	Eleven kan udføre sammensatte bevægelser inden for løb, spring og kast. Eleven har viden om løb-, spring- og kastediscipliner.
Differentiering	Forsøg med at trække hinanden rundt på banen.
Opsamling/ evaluering	Snak om, hvad der var vigtigt for den, som skubbede, og den, som blev skubbet. Kropsspænding, tyngdepunkt, kropsholdning mm.