



MINI-HONDBÓLT





**Endamálið við tilfarinum
er at skapa karmar fyri
einum tryggum, stuttligum
og eggjandi umhvørvi, sum
børnini tíma at koma til
og halda á við at vera
ein partur av.**

Útgivið

Hondbóltssamband Føroya

Septembur 2025

Umseting

Helgi Hildarson Hoydal

Snið og illustrationir

Sigurdsdóttir



INNGANGUR

Hetta tilfarið er ætlað til nýtslu í barnavenjingum, og tað kann nýtast eftir tørvi. Venjingarnar kunnu líkjast nógv, og tí er tað gagnligt at tillaga venjingarnar eftir støði og tørvi.

Alt eftir hvussu tað gongur at gjøgnumføra venjingarnar, kunnu tær tillagast og nýtast sum íblástur til okkurt sum børnini halda er stuttligt. Hóast tilfarið leggur upp til at man er í einum “heimi” til eina venjing, er tað ikki neyðugt at brúka tilfarið heilt neyvt. Venjarin metir sjálv/ur um tað er tørvur á at skapa hendan heimin til hvørja einstøku venjing, ella um hetta verður brúkt sum íblástur í venjingini.

Afturat hesum kann tilfarið til venjaraskeiðið á stig 1.1 nýtast fyri at fáa eyka avbjóðingar til børnini sum eru á hægri støðið enn tilfarið annars leggur upp til.

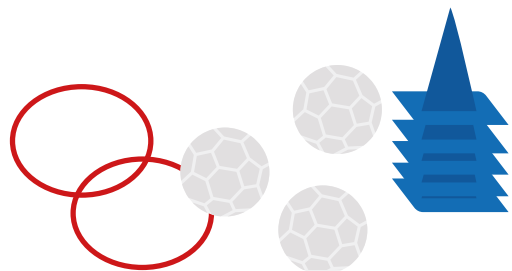
Tað er eisini møguligt at skapa ein annan heim út frá hesum tilfarinum. Tað kann vera okkurt sum fyllir nógv í gerandisdegnum hjá børnunum, okkurt tiltak sum børnini hava verið til, ella eitt evni sum hevur stórt uppmerksemi í lätuni.

Endamálið við tilfarinum er at skapa karmar fyri einum tryggum, stuttligum og eggjandi umhvørvi, sum børnini tíma at koma til, og halda á við at vera ein partur av.

PRAKTISK VIÐURSKIFTI

Útgerðin sum verður nýtt er í høvuðsheitum tað sum vanliga finst í høllini annars. Tað er gott at tað er einfalt at seta upp og at taka niður. Tann grund-útgerðin sum verður nýtt oftast er:

- Bóltar
- Keylur
- Smá mál
- Sandsekkir
- Ringar
- Spannir
- Ballónir
- Hekkar/rimar
- Stórir fitnessbóltar



Ein góð byrjan

Góði venjari

Uppgávan, sum venjari hjá teimum yngstu børnunum, hevur stóran týdning fyri at framtíðarmenna føroyskan hondbólt. Ein góð byrjan í hondbólti hevur stóran týdning fyri víðari luttøkuna hjá børnum, tí vilja vit í Hondbóltssambandinum stuðla og hjálpa øllum venjarum við at tryggja, at børnini fáa góðar upplivingar.

Barnavenjingar skulu vera merktar av spæli, gleði og trivnaði

Høvuðsendamálið er at skapa gleði, trivnað og mennandi upplivingar fyri børn, samstundis sum tey læra seg grundleggjandi førleikar og fáa góðar upplivingar í hondbólti. Góð venjing skapar ikki bert betri hondbóltsspælarar, men eisini kreativ, sjálvstøðug og sálarliga sterk børn.

Børn læra best gjøgnum spæl, og tað er tí umráðandi, at bóltur altíð er ein partur av venjingini. Við at hava bóltin og spælið í miðdeplinum tryggjar venjarin, at børnini hava tað stuttligt og læra mest møguligt í hvørjari venjing.

Sum venjari er tað týdningarmikið at hava greiða fatan av, hvussu børn í ymsum aldursbólum mennast, og hvussu venjingar best verða skipaðar fyri at stuðla teirra menning.

Umhjørvið hevur alstóran týdning

Sum venjari hevur tú ein sera týðandi leiklut í at skapa eitt umhvørvi, har børnini kenna seg væl og trívast. Tað er ikki bert venjingin sjálv, ið hevur týdning, men eisini, at børnini hava tað stuttligt og fáa jalligar upplivingar. Eitt vinaligt og stuðlandi umhvørvi gevur børnunum betri evni og fortreytir til at læra og mennast.

Tað er tí týdningarmikið, at felagið og venjararnir megna at skapa eitt jalligt og stuðlandi venjingar-umhvørvi, har børn kenna seg væl og hava møguleika til at betra seg og ognar sær nýggjar førleikar. Venjarin eigur tí at vera fyrimynd við jalligum og stuðlandi samskifti.

Venjarin skal leggja dent á samstarv og felagsskap. Børnini skulu læra at virðismeta hvørtannað og arbeiða saman sum eitt lið. Hetta ger, at tey kenna seg sum ein týðandi part av liðinum, sum er umráðandi fyri bæði trivnað og menning.

Leikluturin hjá foreldrunum

Samstarv og samskifti við foreldur hevur stóran týdning. Tað er tí týdningarmikið, at foreldrini gerast partur av hondbóltsumhvørvinum. Tí er neyðugt, sum venjari at tryggja, at tú hevur gott samskifti við foreldrini, og at tey fáa neyðugu kunningina. Stuðlandi foreldur hava stóran týdning fyri, at barnið varðveitir áhugan í at venja.

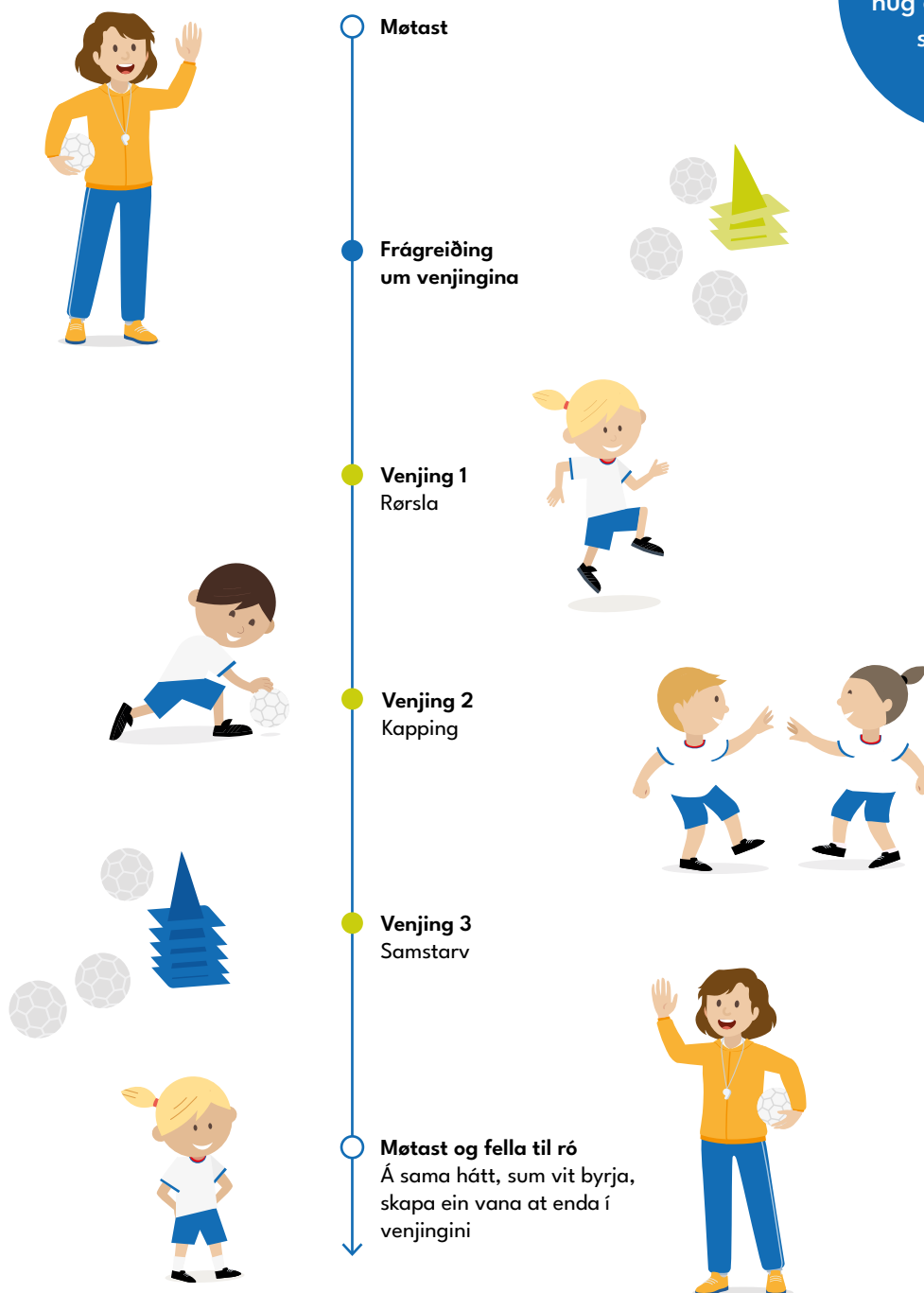
Felagið eigur á hvørjum ári at bjóða til foreldrafund fyri hvønn árgang, har greitt verður frá virðunum hjá felagnum, virkseminum í aldursbólkinum, og har eisini verður kunnað um, hvønn leiklut felagið kundi hugsað sær at foreldrini hava.



SKIPAN AV VENJINGUNUM

Hvør venjing snýr seg um ein “heim” og inniheldur triggjar venjingar.
Ein “heimur” er eitt evni, sum setir dám á venjingina.

VENJINGARNAR VERÐA SKIPAÐAR SOLEIÐIS:



Um børnini hava hug at koma aftur, so hava vit eydnast.

Alt, sum kann setast upp, skal setast upp, áðrenn venjingin byrjar, fyri at minka um bíðitíðina. Tað verður viðmælt, at venjarin roynir at heilsa uppá øll børnini, tá tey koma í høllina, og tá tey fara heim.

VENJINGAR

Venjing 1	Í rúmdini	7
Venjing 2	Í bóndagarðinum	11
Venjing 3	Á brandstöðini	15
Venjing 4	Í Sirkus	19
Venjing 5	Olympisku leikirnir	23
Venjing 6	Í regnskóginum	27
Venjing 7	Við sjóvarmálan	31
Venjing 8	Sjórænarar	35
Venjing 9	Í djóragarðinum	39
Venjing 10	Í haganum	43



VENJING 1

Í RÚMDINI

Í dag fara vit út í rúmdina! Eftir eina langa ferð í rúmdarfarinum fara vit at ganga á vetrarbreytini í millum stjarnuskot og rúmdarsteinar!

Eru tit klár til eina ferð út í tað óendaliga?



UPPHITING

Meðan søgan verður søgd, sita børnini. Bjóða teimum at lata seg í rúmdarklæðir. Drakt, stórar stívlar, handskar og sjálvandi hjálm.

Tá ið vit eru komin út í rúmdina, ganga vit millum lutirnar, sum ímynda stjarnur og rúmdarsteinar (keylur o.a.). Vit ganga sum astronautarnir við stórum og tungum rørsfum.

Síðan ganga vit skjótari og skjótari, men skulu framvegis ikki nema við lutirnar á gólvinum. Tá ið venjarin gevur boð, skulu øll standa still á einum beini. Tá ið venjarin sigur ein lit, skulu børnini renna eftir einari stjarnu (keylu) við tí litinum. Ein vinnari verður funnin, og so byrja vit umaftur.



VENJINGAR

FRYSTA STJØRNAN – KAPPING

Útgerð: Ein bóltur, fýra keylur.



STJØRNUSKOTIÐ – AT SKJÓTA NEYVT

Útgerð: Ein stóran bólt, umframt ein hondbólt til hvørt barn.



JAGSTRA STJØRNUR – RØRSLA OG KAPPING

Útgerð: 20 keylur og rimar.

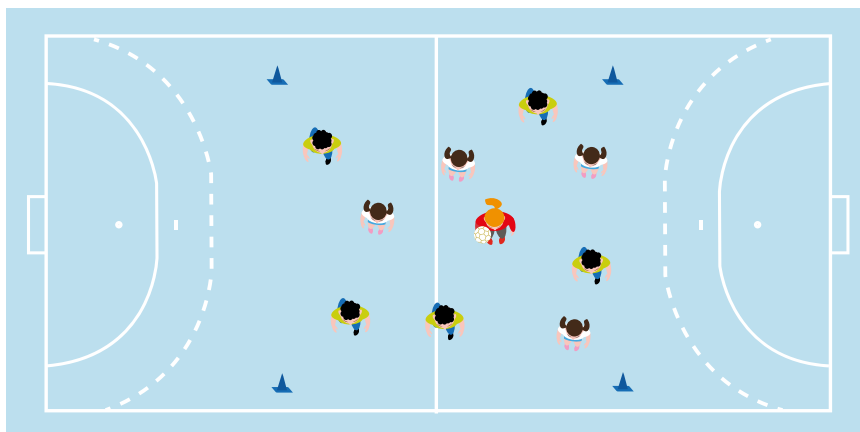
FRYSTA STJÖRNAN

SÖGAN

Í rúmdini hava astronautarnir funnið eina stjørnu. Stjørnan kemur av ísgongu-stjørnunni Neptun. Astronauturin, sum hevur stjørnuna, stuttleikar sær við at køla sínar vinir við at nema við teir.

SKIPAN

Set eina keylu í hvørt horn. Barnið sum hevur bóltin, er frystari/kølari.



LEIÐBEINING

Frystarin skal nema við hinar astronautarnar, sum innan fyri ásetta tíð skulu nema við eina rakett (keylur) fyri at fáa hitan aftur.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Set ein eyka “frystara” inn við einum bólti í hondini.

Fyri at bjóða teimum av: Teir frystu astronautarnir skulu nema við fleiri keylur, áðrenn teir kunnu ganga í rúmdini aftur.

Gev gætur!

Tann frysta stjørnan verður verandi í hondini hjá astronautinum.

STJØRNUSKOTIÐ

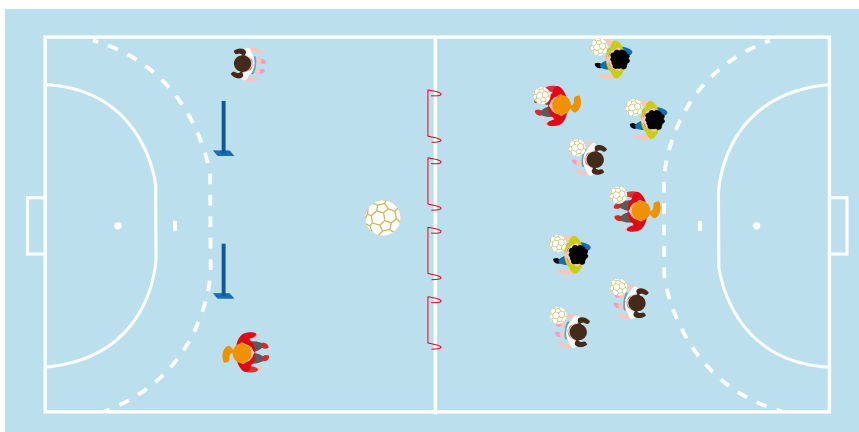
SØGAN

Eitt stjörnuskot hefur beina kós ímóti gongustjörnini, sum vit eru á. Vit senda okkara gandastjørnur ímóti stjærnskotinum fyri at fáa tað burtur frá okkum.

SKIPAN

Ger eitt øki við rimum ella øðrum. Set tveir steýrar innan fyri økið, sum ímyndar eitt mál og ein stóran bólt. Børnini eru hinumegin við einum bólti hvør.

Tvey foreldur ella tvey børn eru innan fyri økið og kasta bóltarnar aftur til børnini.



LEIÐBEINING

Børnini skulu skjóta eftir stjærnskotinum fyri at fáa tað í gjøgnum málið og út til eina aðra stjærnubreyt. Tey, sum eru innanfyri, flyta bóltarnar út aftur sum skjótast. Tíð kann setast á fyri at skapa rytmu í spælið.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Ger tvey lið og tvey mál, sum kappast. Bólturin byrjar í miðjuni í millum máluni. Børnini mugu skjóta stjærnskotið fyri at fáa tað yvir til mótstøðuliðið. Tað er umráðandi at geva børnunum boð um, at bert bóltarnir kunnu nema við stjærnskotið.



JAGSTRA STJÖRNUR

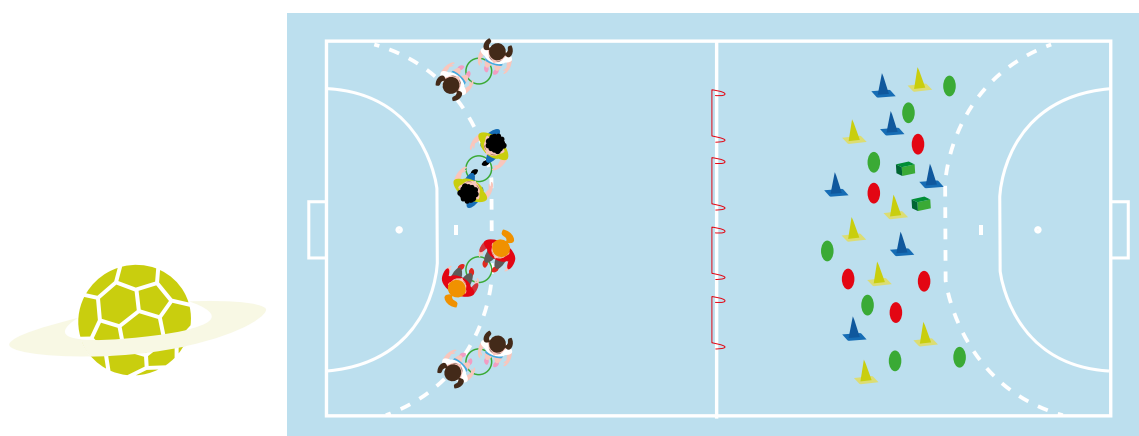
SÖGAN

Á einni ferð í rúmdini skulu astronautarnir savna so nógvar stjörnur sum móguligt fyri at hyggja nærri at teimum.

SKIPAN

Set keylur og spannir út um gólvið, sum ímynda stjörnur hinumegin rimarnar. Børnini fara saman tvey og tvey og standa við ein ring, sum ímyndar teirra rúmdarfar.

Allir lutir kunnu ímynda stjörnur.



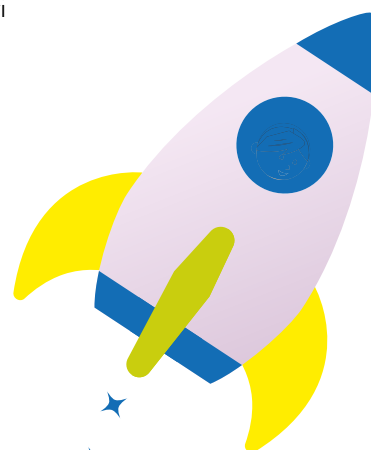
LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, rennur ein úr hvørjum pari upp um rimarnar eftir einari stjörnu. Tá ið tann fyrsti hevur lagt stjørnuna í rúmdarfarið, kann hin fara eftir einari stjörnu. Tá ið allar stjørnurnar eru tiknar, telja børnini, hvussu nógvar stjörnur tey hava fingið.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Tak rimarnar burtur.

Fyri at bjóða teimum av: Set fleiri forðingar upp. Tú kanst eisini biðja tey gera ymsar røslur. So sum at bakka ígjøgnum banan, grulva osv.



VENJING 2

Í BÓNDAGARÐINUM

Skulu vit vitja bóndagarðin í dag? Vit fara at heilsa upp á djórini, og bóndin fer at vísa okkum urtagarðin, sum hevur leskiligt grønmeti.



UPPHITING

Ímeðan tú greiðir frá djórunum, kanst tú eggja teimum til at:

- Hoppa sum kaninir/harur: armarnir upp sum ímynda stór oyru
- Standa still á einum fótum sum ein høna, sum sjevur og vaknar við at sláa við veingjunum, har børnini sveiggja armarnar við stórum røslum
- Ganga sum dunna: niður at húka og armarnar á mjadharnar.

Tú kanst eisini lata børnini finna upp á røslur, sum ímynda onnur djór, sum eru á bóndagarðinum.

VENJINGAR



OSTURIN – RØSLA

Útgerð: Ein ballón til hvørt barn og átta keylur



SVANGA KANININ – RØSLA OG SKOT

Útgerð: Átta rimar, ein kassi við 15 bóltum, tvey mál, átta keylur og tveir ringar

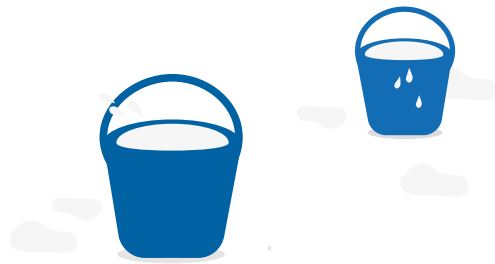


HØNUR OG REVAR – KAPPING OG RENNING

Útgerð: Koppar/spannir og ringar



OSTURIN

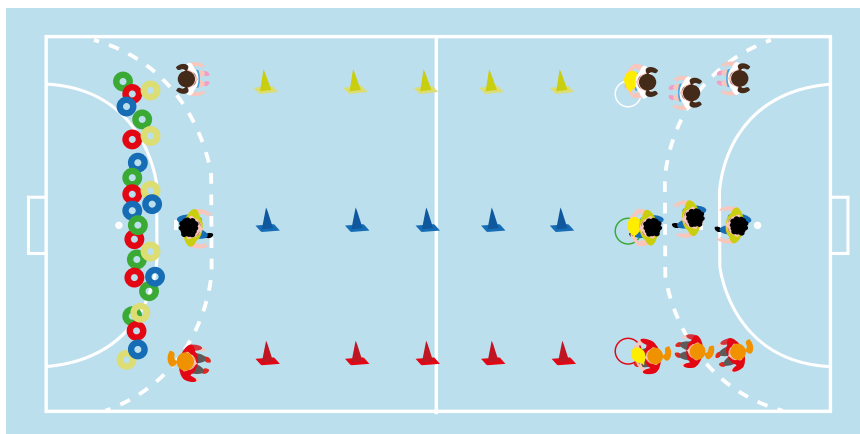


SÖGAN

Fyri at fáa góðan ost mugu vit bera mjólkina frá kúnni yvir til bóndan í gjøgnum viðarlundina.

SKIPAN

Být børnini upp í tvey lið (ella fleiri). Liðini byrja framman fyri keylurnar, sum ímynda trø í viðarlundini. Ein vaksni, sum stendur við endan á vøllinum, er bóndi. Set keylur (ella aðrar litlar lutir) við endan á vøllinum, sum ímynda ost. Tey fyrstu børnini í røðunum skulu hava eina ballón í part.



Hav fleiri ballónir til reiðar

LEIÐBEINING

Endamálið er, at ballónin skal vera í luftini uttan at halda í henni. Meðan ballónin verður hildin í luftini, skulu børnini snirra í gjøgnum keylurnar (trøini). Tá ið børnini koma til bóndan, skulu tey geva bóndanum ballónina, sum síðan ber (við at renna) hana aftur til tann næsta. Meðan bóndin ber ballónina aftur, tekur barnið ein ost (keylu) aftur til ringin, har tey byrjaðu. Tá ið osturin er í ringinum, kann næsta barnið fara avstað.

Liðið, sum fyrst hevur fingið allar ostarnar yvir, vinnur. (Børnini kunnu renna fleiri ferðir).

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Tak keylurnar burtur, soleiðis at børnini kunnu renna beint ígjøgnum.

Fyri at bjóða teimum av: Set rimar ella aðrar forðingar, sum børnini skulu gáa um, meðan tey ganga við mjólkini.



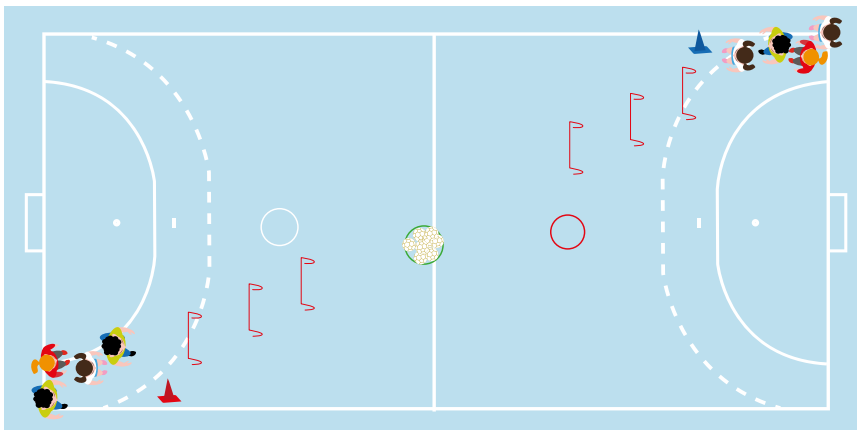
SVANGA KANININ

SÖGAN

Svanga kaninin hefur varnast, hvar bóndin hefur sett gularøtur niður mitt í garðinum. Fyri at koma fram mugu vit ekki nema við lutirnar, sum bóndin hefur sett í garðin.

SKIPAN

Set tvey mál í hvør sín enda á vøllinum. Í miðjuna setir tú ein kassa við bóltum, sum ímynda gularøtur. Set rimar fyri at vísa, hvar breytin er, og tveir ringar umleið fyra metrar frá málunum. Børnini verða býtt upp í tvey lið og byrja við eina keylu.



Tú kanst seta ymsar lutir á vøllin fyri at fáa børnini at gera ymsar rørslur.

LEIÐBEINING

Børnini hoppa, eitt í senn, upp um rimarnar eftir eini gularót og kasta hana í málið. Tey skulu sama veg aftur, áðrenn tann næsti fer avstað. Um mann ikki skorar, leggur mann bóltin aftur í kassan, áðrenn mann fer heimaftur.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Set ein málverja (bónða) í hvørt mál, sum leggur bóltin í kassan, um tey ikki skora.



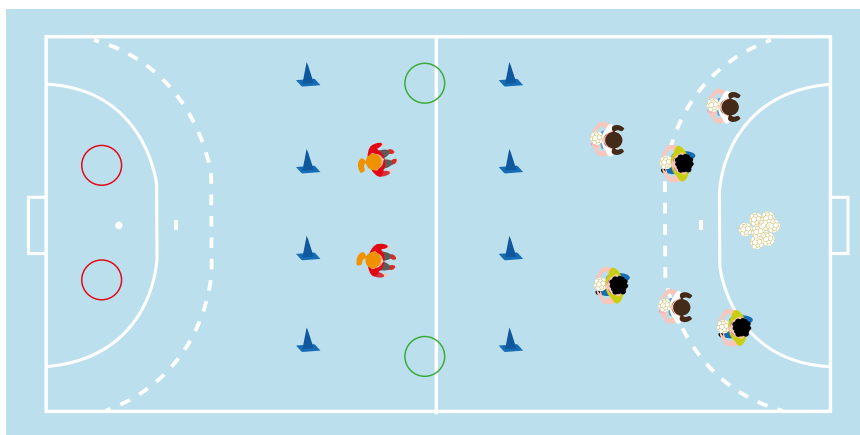
HØNUR OG REVAR

SØGAN

Hönurnar hava verið úti í dag og vorpið á einum stórum teigi. Fram í móti skýming vilja hönurnar bera eggini heim í høsna rhúsið. Revarnir hava varnast eggini og vilja hava egg at eta.

SKIPAN

Legg bóltar í ein kassa á aðra síðuna á vøllinum, og tveir ringar á hina síðuna. Set keylur upp á vøllinum, sum avmarka økið, sum revarnir ikki kunnu fara innum. Legg tveir ringar nær við revarnar.



LEIÐBEINING

Børnini skulu bera eggini í høsna rhúsið (reyðu ringarnir), men um ein revur nemur við tey, fær revurin egg, sum hann leggur í reiðrið (grønu ringarnir). Revarnir kunnu ikki fara út um avmarkaða økið, men hönurnar kunnu renna frítt. Tá ið eingi egg eru eftir, telja revarnir, hvussu nógv egg teir hava stolið. Tann, sum hevur flest egg, vinnur.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari ella fyri at bjóða av: Tað kunnu vera fleiri revar fyri at gera tað truplari. Ger økið minni, um tað er ov lætt fyri revarnar.

VENJING 3

Á BRANDSTØÐINI

Vit eru slökkiliðsfólk, og vit mugu venja at basa eldi og bjarga fólki úr vanda. Á støðini fara vit at renna, hoppa, rulla og húka, meðan vit ganga o.s.fr.. Tá ið vit hoyra floytuna (sirenuna), stilla vit okkum so skjótt sum gjørligt á seks-metra strikuna fyri at lata okkum í slökkiliðsbúnan. Til reiðar?



UPPHITING

Børnini byrja á seks-metra strikuni. Tá ið venjarin gevur boð, renna børnini á staðnum. Tá ið venjarin klappar eina ferð, hoppa tey so høgt, sum tey megna. Tá ið venjarin klappar tvær ferðir, leggja tey seg niður á vøllin. Tá ið venjarin floytar, skulu tey standa har, tey byrjaðu.

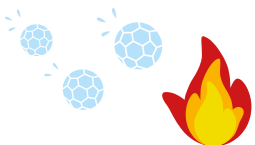
Endurtak hetta triggjar ella fýra ferðir, og so lata vit okkum í slökkiliðsbúnan. Smekku buksur, jakka, stivlar og hjálm.



VENJINGAR

SLØKKILIÐSKETAN – SPÆL VIÐ BÓLTI

Útgerð: Ringar, bóltar og tveir kassar.



TEY RØSKU SLØKKILIÐSFÓLKINI – AT SKJÓTA NEYVT

Útgerð: Tíggju keylur, triggjar ella fýra bóltar, ringar, lítlar rimar.



BARDAGIN ÍMÓTI ELDSLOGANUM – KAPPING OG RØRSLA

Útgerð: Tólv keylur í ymsum støddum (helst høgar).

SLØKKILIÐSKETAN



SÖGAN

Tit eru slökkiliðsfólk, sum skulu bera spannir av vatni fyri at fylla slökkiliðsbilin, sum skal vera klárur at fara út at slökkja eld.

SKIPAN

Børnini verða býtt upp í tvey lið, sum standa í ringunum (stiganum). Á endanum á stiganum er ein kassi, sum ímyndar vatntangan í bilinum. Ein annar kassi verður settur hinumegin við tíggju bóltum, sum ímynda spannir við vatni.



Tú kanst skifta ringarnar út við ein stiga, sum ímyndar stóra stigan hjá slökkiliðnum.



LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, byrjar barnið tættast við bóltarnar við at taka ein bólt úr kassanum og kastar hann til tættasta viðleikara. Bólturin verður kastaður ímillum alt liðið, inntil hann endar hjá tí síðsta, sum kastar hann í kassan.

Tá ið allir bóltarnir eru í kassunum, telja børnini bóltarnar í sínum kassa. Vinnaraliðið er liðið við flest bóltum í kassanum. Børnini skifta pláss hvørt umfar.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Flyt børnini nærri hvørt øðrum. Tá ið tey eru heilt nær, kunnu tey senda bóltin víðari upp á ymsar mátar (upp um høvd, millum beinini, o.s.fr.).

Fyri at bjóða teimum av: Flyt ringarnar longur burtur frá hvørjum øðrum. Um bólturin fer í gólvíð, skal mann byrja av nýggjum.





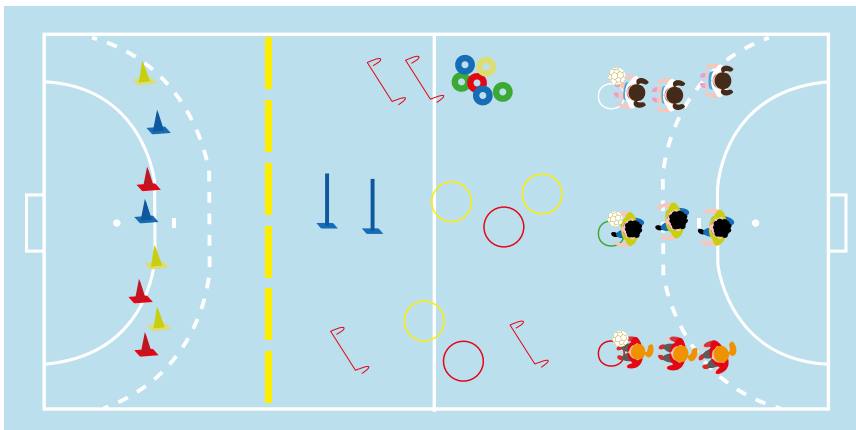
TEY RØSKU SLØKKILIÐSFÓLKINI

SØGAN

Venjing er fyri tey raskastu sløkkiliðini í býnum. Ein bygningur stendur í ljósum loga, og sløkkiliðið skal í gjøgnum býin fyri at slökkja eldin. Hvat lið er skjótast?

SKIPAN

Set breytir upp, sum ímynda klettar, trø og annað. Být børnini upp í fleiri lið. Tann fremsti í køini hevur ein bólt, sum ímyndar eina spann av vatni, sum skal kastast á eldin. Fremsta sløkkiliðsfólkið stendur í einum ringi við síðuna av eini keylu. Á endanum av breytini standa keylur og lutir í ymsum støddum, sum ímynda eldslogar. Ger eina yvirtraðsstriku, haðani børnini kunnu skjóta.



Um tú hevur eitt mál,
kanst tú heingja
vestar á tvørtreið fyri
at skjóta eftir hægri
málum.

LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, fer fyrsta sløkkiliðsfólkið í gjøgnum forðingarnar so skjótt sum gjørligt og skjýtur eftir eldsloganum. Um ein rakar, gevur tað stig. Sløkkiliðsfólkið tekur bóltin aftur og gevur tí næsta bóltin. Set tíð á og ger upp, tá ið tíðin er farin.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Tak forðingarnar burtur.

Fyri at bjóða teimum av: Bið sløkkiliðsfólkini fylla spannina, áðrenn tey kasta. Til dømis at dribla triggjar ferðir, lofta bóltinum í luftini ella okkurt annað.



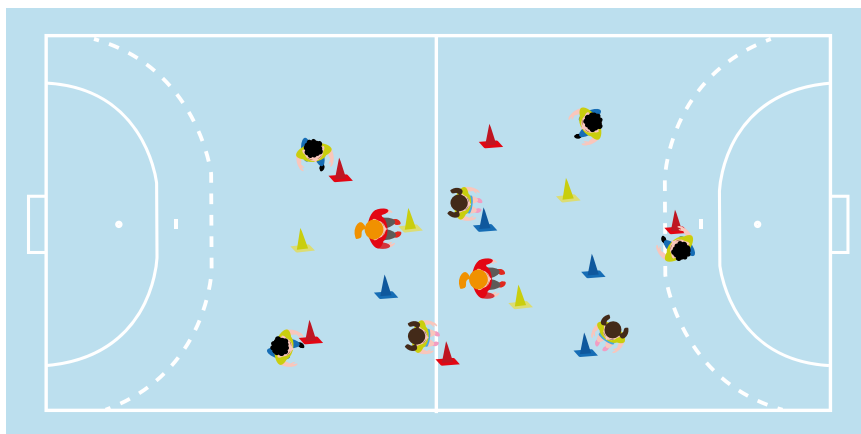
BARDAGIN ÍMÓTI ELDSLOGANUM

SØGAN

Slökkiliðsfólkini eru í viðarlundini, har tey skulu basa einum eldi. Vindurin ger tað trupult at basa eldinum, og tað tendrar í aftur. Eru slökkiliðsfólkini nóg skjót til at vinna á vindinum?

SKIPAN

Legg nógvar keylur út í eitt avmarkað øki. Tvey børn eru “vindurin”, og hini eru slökkiliðsfólk.



Tú kanst brúka
keylur í ymsum
støddum fyri at fáa
ymsar rørslur.

LEIÐBEINING

Innan fyri ásetta tíð skulu slökkiliðsfólkini koppa so nógvum keylum sum gjørligt, meðan børnini, sum spæla leiklutin sum vindur, skulu seta tær upp aftur fyri at fáa eld í aftur. Børnini skulu bert brúka hendurnar til at koppa keylunum. Tá ið tíðin er farin, telja slökkiliðsfólkini, hvussu nógvar keylur eru koppaðar. Um tað eru fleiri koppaðar keylur enn standandi, hava slökkiliðsfólkini vunnið bardagan á eldsloganum.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Ger økið størri og flyt keylurnar longri burtur frá hvørjum øðrum.

Fyri at bjóða teimum av: Fleiri, sum spæla leiklutin sum vindur, ella ger økið minni.



VENJING 4

Í SIRKUS

Hey! Í dag fara vit í sirkus. Vit fara at heilsa upp á klovnar, akrobatar og gyklarar í stóra tjaldinum. Men áðrenn, vit gera tað, fara vit at lata okkum í klovnaðklæðir. Vit lata okkum í stuttligan hatt, stórar buksur, sloyfu, ómetaliga stórar skógvar og sjálvandi reyðu nösina. Latið okkum ganga varliga inn í tjaldið.



UPPHITING

Tá ið vit lata okkum í klovnaðklæðir, biðja vit børnini:

- Strekkja armarnar so langt upp, sum vit orka fyri at lata okkum í hattin.
- Standa á einum beini í minst trý sekund fyri at lata okkum í buksurnar
- Hoppa við báðum beinum fyri at lata okkum í skógvar og bukka okkum niður fyri at binda lissur.

Tá ið vit hava gjørt hetta triggjar ella fyra ferðir, fara vit at ganga spakuliga við stórum røslum.



VENJINGAR

KLOVNARNIR RUDDA – RØRSLA OG KAPPING

Útgerð: Ein ringur til tvey børn, ringar í fyra litum, rimar ella annað fyri at býta vøllin upp.



AKROBATKAPPINGIN – RØRSLA OG SKOT

Útgerð: Fýra smáar rimar, seks keylur, tvær høgar keylur, tvey smá mál, tveir ringar og ein bólt til hvørt barn.



GYKLARARNIR – SPÆL VIÐ BÓLTI

Útgerð: Eina ballón til hvørt barn, ein ring til tvey børn.

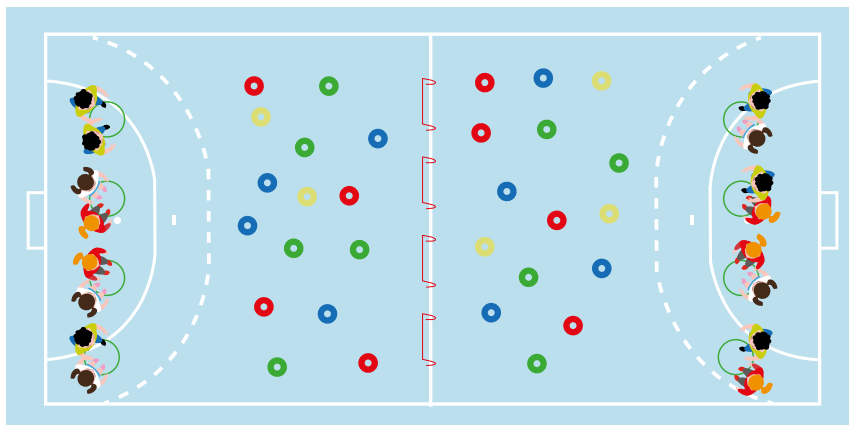
KLOVNARNIR RUDDA

SÖGAN

Klovnarnir hava hugnað sær og skulu nú rudda, áðrenn sirkusstjórin kemur aftur. Klovnar elska at stuttleika sær, og tí vilja teir eisini stuttleika sær við at rudda. Málið er at finna lutir við sama liti so skjótt sum gjørligt.

SKIPAN

Být vøllin upp í tvey. Legg lutirnar á vøllin á báðum síðum. Børnini eru tvey og tvey saman og hava ein ring.



Tú kanst nýta allar lutir, men umráðandi er, at tey eru í ymsum litum.

LEIÐBEINING

Børnini fara eitt og eitt út at finna ein lut, sum samsvarar við litin á teirra ringi. Tá ið tey koma aftur, fer næsta barnið avstað. Tá ið eingin lutur er eftir, telja børnini, hvussu nógvar tey hava.

RÁÐ

G.G. Børnini sleppa bert at taka ein lut hvørja ferð.

Fyri at bjóða teimum av: Gev teimum aðrar avbjóðingar, so sum at lakka eftir lutunum, bakka, hoppa á veg aftur o.s.fr..



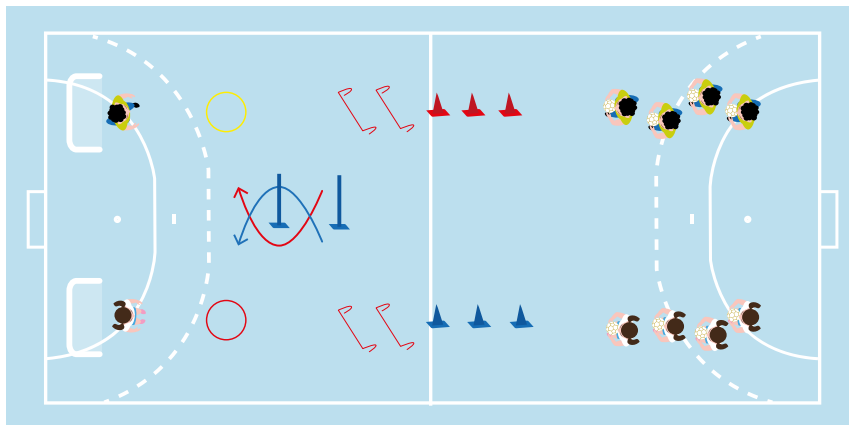
AKROBATKAPPINGIN

SØGAN

Akrobatar venja handbólt til næstu sýning. Teir skulu fram við forðingum, áðrenn teir kunnu skjóta. Harafturat skulu teir snara rundan um seg sjálvar, áðrenn skotið fellur. Hvat lið av akrobatum skorar flest?

SKIPAN

Ger tvær líka breytir, sum børnini skulu ígjøgnum, áðrenn tey skjóta. Set eina hurð (tveir steyrar ella høgur keylur) mitt á breytini. Børnini verða býtt upp í tvey lið, og hvørt lið skal hava ein málverja.



Tú kanst eisini eggja málverjunum til við at geva teimum stig, tá ið teir bjarga.



LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, byrja børnini. Tey skulu renna í gjøgnum breytina (snyrra og hoppa) og í gjøgnum hurðina, har tey skulu snara inn í ringin har, sum tey skjóta frá. Eitt mál telur eitt stig. Liðið, sum fyrst fær 5 stig, vinnur.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Tak forðingarnar burtur, men hav framvegis hurðina við.

Fyri at bjóða teimum av: Set ein kassa við 15 bóltum har, sum liðini byrja. Tey taka ein bólt og renna aftur fyri at lova tí næsta avstað.



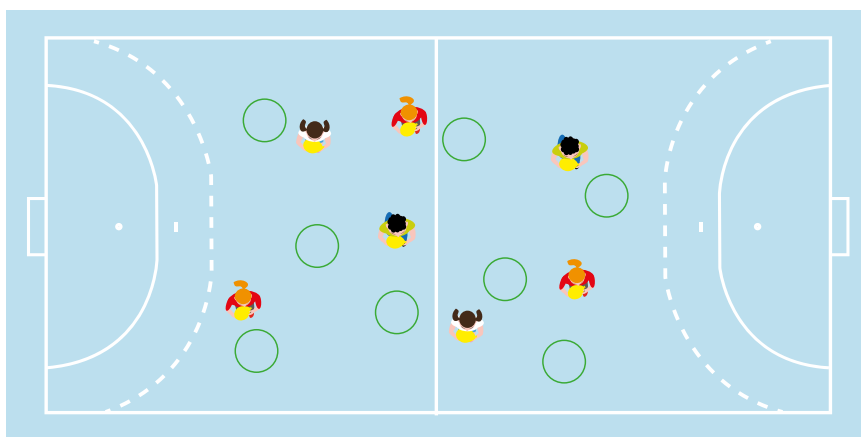
GYKLARARNIR

SÖGAN

Vit eru farin í skúla hjá gyklarunum, soleiðis at vit kunnu sýna okkara kynstur fram í stóra tjaldinum.

SKIPAN

Á einum lítlum øki leggja vit ringar á gólvið. Hvørt barn hevur eina ballón, og tey standa um allan vøllin.



Hav fleiri ballónir
til reiðar.

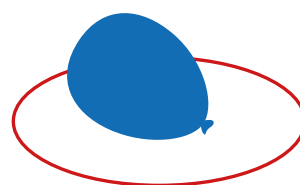
LEIÐBEINING

Sig børnunum, hvussu vit handfara ballónirnar.

- Sláa vit upp undir ballónina, fer hon uppeftir, skift millum vinstru og høgru hond
- Síðan sláa vit upp undir ballónina við báðum hondum.
- Kasta ballónina so langt upp, sum vit klára og lofta við báðum hondum.
- Tá ið børnini duga hetta, taka vit helvtina av ballónunum. Tey, sum hava eina ballón, stilla seg í ringarnar. Tey, sum onga ballón hava, velja ein viðleikara við at nærkast ringinum.
- Vit sláa ballónina í millum okkum
- Vit kasta ballónina í millum okkum við báðum hondum.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Skift ballónina út við ein skúmbólt.



VENJING 5

OLYMPISKU LEIKIRNIR

Olympisku leikirnir eru fjórða hvørt ár. Teir allarflestu íðkararnir droyma um at kappast á leikunum. Áðrenn vit taka fyrstu fetini í hesi stóru kappingini, fara vit at hita upp.



UPPHITING

Børnini hita upp við at gera rørslur og nevna partar av kroppinum, sum tey brúka.

- Rørsla í kjarnanum: Hendurnar á mjadnarnar og rulla mjadnarnar runt
- Rulla nakkan: Aftur og fram, spakuligar rørslur
- Røra armarnar, hondlið, hendur og fingrar
- Rulla upp á tærnar og aftur á hælin fleiri ferðir
- Niður at nema við gólvið við røttum ryggi og strekkja armarnar upp í loft
- Renna á staðnum, høg knælyft og sparka í rumpuna

GG! Rørslurnar skulu gerast rætt og spakuliga. Ger rørslurnar í stuttum lötum fleiri ferðir.



VENJINGAR

KAPPINGIN UM RINGARNAR – AT SKJÓTA NEYVT

Útgerð: Eitt mál, fimm ringar, flatar keylur, tvær keylur og tveir bóltar.



BOÐRENNING VIÐ KYNDLINUM – RØRSLA

Útgerð: Keylur, rimar, ringar og tríggir bóltar.

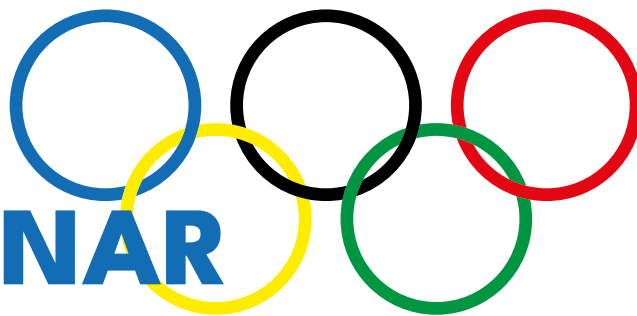


HEIÐURSMERKJAKAPPINGIN – RENNING OG KAPPING

Útgerð: 20 keylur, 20 lutir, sum ímynda heiðursmerki, fýra ringar.



KAPPINGIN UM RINGARNAR



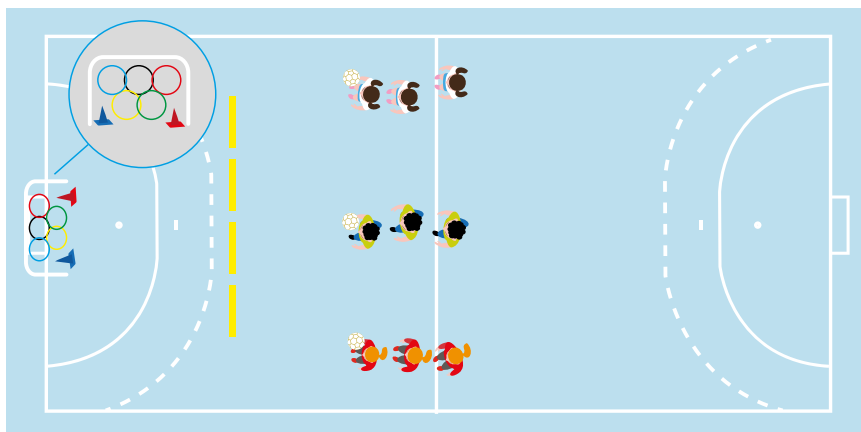
SÖGAN

Vit vilja vinna! Hvör dugir best at skjóta í olympisku ringarnar?

SKIPAN

Hang 3 ringar á tvørtræið á málinum. Set tveir ringar undir. Legg keylur á gólvið, sum siga, hvaðani tey kunnu skjóta.

Být børnini upp í tvey lið. Tey byrja við keylurnar og hava ein bólt til hvørt liðið.



LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, fer fyrsti skjúttin og skjýtur í gjøgnum ein av ringunum. Síðan tekur hann/hon bóltin og gevur tí næsta í røðini bóltin.

Liðið fær eitt stig, um bólturin fer í gjøgnum ringin, og liðið, sum fyrst fær fimm stig, hevur vunnið.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Lat tey skjóta nærri við málið og hava hvør sín bólt.

Fyri at bjóða teimum av: Set forðingar, sum tey skulu ígjøgnum, áðrenn tey skjóta.



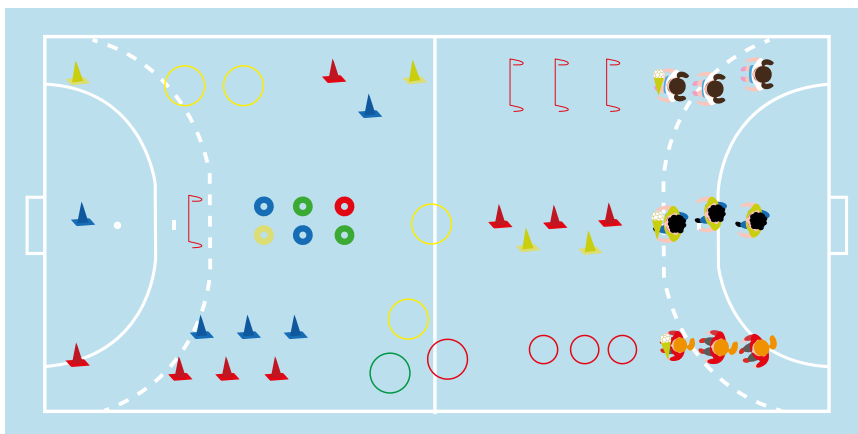
BOÐRENNING VIÐ KYNDLINUM

SØGAN

Olympíska nevndin leitar eftir ungum evnaríkum handbóltssleikarum, sum kunnu bera kyndilin. Vit fara nú at venja, soleiðis at vit eru klár til OL.

SKIPAN

Set triggjar ólíkar breytir upp og set ein bólt í eina umvenda keylu. Børnini verða býtt upp í trý lið, og tann fyrsti í røðini hevur keyluna (eldin) í hondini.



Tú kanst geva
hvørjari breyt navnið
á einum landi, har
kyndilin verður borin
ígjøgnum.

LEIÐBEINING

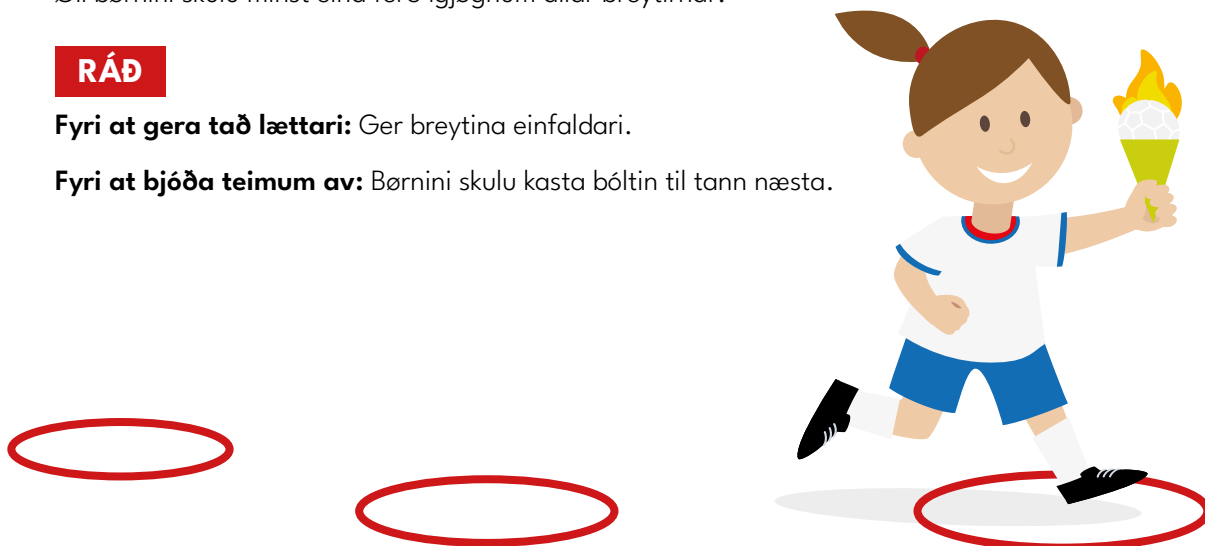
Tá ið venjarin gevur boð, skal tann fyrsti í gjøgnum breytina. Tá ið tann fyrsti kemur aftur, geva tey næsta barninum í røðini keyluna.

Øll børnini skulu minst eina ferð ígjøgnum allar breytirnar.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Ger breytina einfaldari.

Fyri at bjóða teimum av: Børnini skulu kasta bóltin til tann næsta.



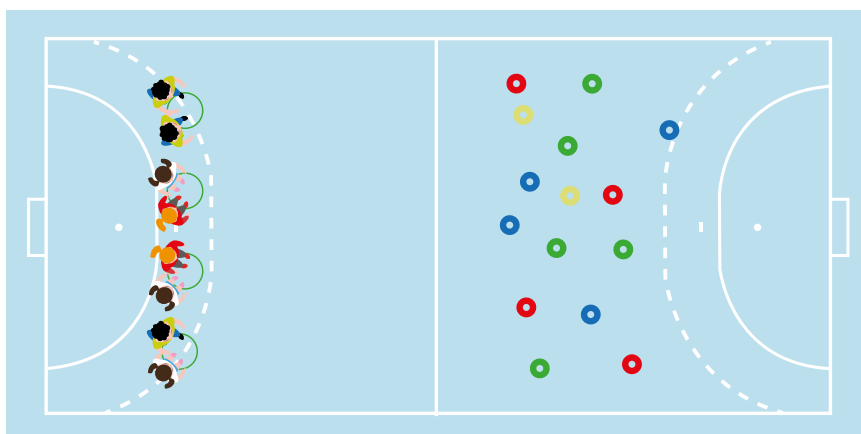
HEIÐURSMERKJA-KAPPINGIN

SÖGAN

Hvat lið klárar at savna flest heiðursmerki saman, sum iðkararnir skulu hava um hálsin, tá ið teir vinna?

SKIPAN

Legg keylur á gólvið. Legg lutir, sum ímynda heiðursmerki undir keylurnar. Børnini eru saman tvey og tvey og byrja við síðuna av einum ringi.



Børnini kunnu gera heiðursmerki úr pappi áðrenn kappingina.

LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, fara børnini eitt og eitt at leita eftir heiðursmerkjum. Tá ið heiðursmerki liggur í ringinum, kann tann næsti fara avstað. Tá ið øll heiðursmerkini eru tikin, telja børnini, hvussu nógv tey hava fingið.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Børnini venda keyluni, tá ið tey hava tikið heiðursmerkið.

Fyri at bjóða teimum av: Gev boð um, at tey einans kunnu venda einari keylu hvørja ferð. Um einki heiðursmerki er undir keyluni, koma tey aftur, og hin fer avstað. Venjarin kann eisini stýra røslunum. Til dømis, at tey skulu bakka, grulva ella okkurt annað.



VENJING 6

Í REGNSKÓGINUM

Eftir eina langa ferð eru vit komin inn í regnskógin.

Apur sveiggja í trøunum, meðan jaguarurin sjevur...
Men gev gætur, krokodillurnar svimja í ánni
og leita eftir føði.



UPPHITING

Í byrjanini á venjingini stilla øll børnini seg á seks-metra linjuna.
Venjarin stillar seg frammanfyri og sigur eina søgu:

“Tit eru krokodillur á áarbakkanum. Tit skulu hava eina lítla venjing,
aðrenn tit fara at veiða. Hoppa! Tit leypa í ánnu (inn í teigin) og skjótt
aftur á turt í áarbakkanum. Hoppa! Tit leypa inn í skógin (uttan fyri
teigin) og skjótt aftur á tryggja áarbakkan.”

Ein annar máti er at rópa: “Inn, út, á áarbakkan”. Ger ymisk hopp
(samlað bein, eitt bein, við ørmunum uppi, o.s.fr.). Um tú ert í eini holl
uttan eitt hondbóltsøki, kanst tú nýta aðrar strikur á gólvinum.

VENJINGAR



YVIR UM ÁNNA – KAPPING

Útgerð: Tíggju keylur.



KROKODILLUR OG APUR – SKOT

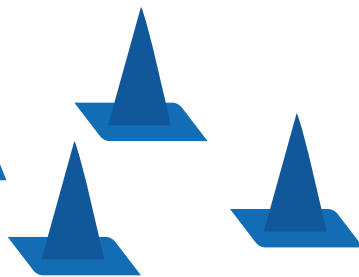
Útgerð: Tíggju keylur, fimm ringar og 20 bóltar.



JAGUARAR OG HARUR – KAPPING OG SKOT

Útgerð: Fimm keylur, ein bóltur, ein ringur og eitt mál.

YVIR UM ÁNNA

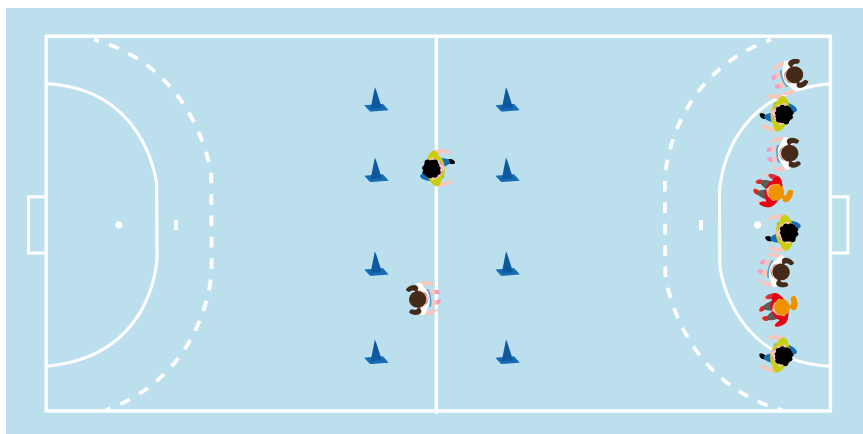


SÖGAN

Tit eru glöggar apur, sum skulu yvir um áнна, har vandamiklu krokodillurnar svimja. Um ein krokodilla nemur við teg, gerst tú ein av teimum.

SKIPAN

Ger eina á við keylum. Børnini byrja á síðulinjuni. Tvey ella trý av teimum eru krokodillur, sum eru í ánni.



Byrja við hesari støðuni og broyt reglurnar so líðandi, um børnunum tørvar tað og vilja tað.

LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, skulu apurnar yvir um áнна. So skjótt, sum ein krokodilla nemur við eina apu, skifta hesi bæði um pláss. Øll børnini byrja í senn, tá ið venjarin gevur boð.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Hvær apa hevur eina kokusnøt (ein bólt), sum tær mugu hava við sær yvir um áнна. Um onkur nemur við apuna, skal bólturin leggjast í ein ring hjá krokodillunum, meðan apan er við í spælinum enn. Spælið verður steðgað eftir nøkrum túrum, og síðan telja krokodillurnar, hvussu nógvar kokusnøtur tær hava stolið.

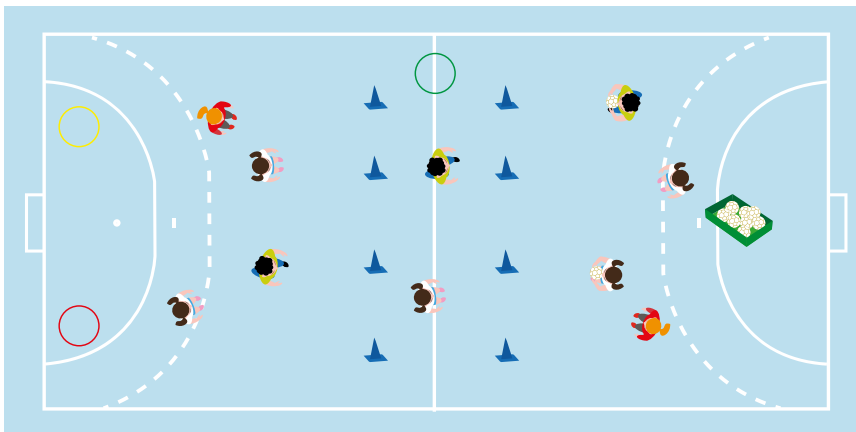
KROKODILLUR OG APUR

SÖGAN

Tit eru glæggar apur, sum hava givið tykkara vinum hinumegin ána allar kokusnøturnar. Tær svongu krokodillurnar vilja eisini hava kokusnøturnar.

SKIPAN

Ger eina á við keylum. Børnini verða býtt sundur báðumegin ána. Í áni eru tvey børn, sum eru krokodillur. Bóltarnir (kokusnøturnar) eru í einum kassa á aðrari síðuni.



Broyt støddina á áni eftir, hvussu hart børnini skjóta.

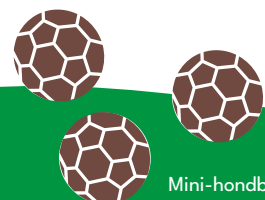
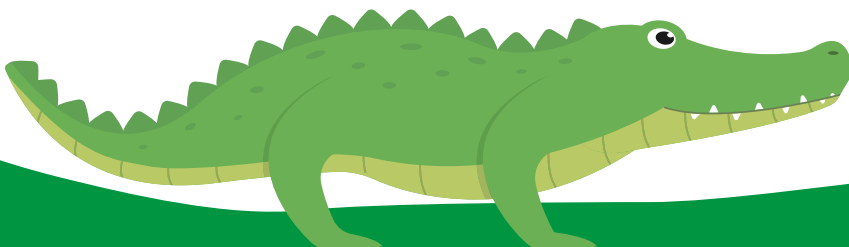
LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, skulu børnini kasta bóltarnar yvir um ána til hinar apurnar uttan at raka krokodillurnar, sum royna at fanga bóltarnar. Um krokodillurnar fanga ein bólt, leggja tær hann í sín ring. Um bólturin kemur yvir um ána, leggja apurnar bóltarnir í ringin, sum tær eiga. Spælið endar, tá ið allir bóltarnir eru kastaðir, og so telja vit.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Fleiri krokodillur gera tað lættari at fanga fleiri bóltar.

Fyri at bjóða teimum av: Ger eina reglu, sum sigur, at tað bert er lov at kasta niður í gólvið.



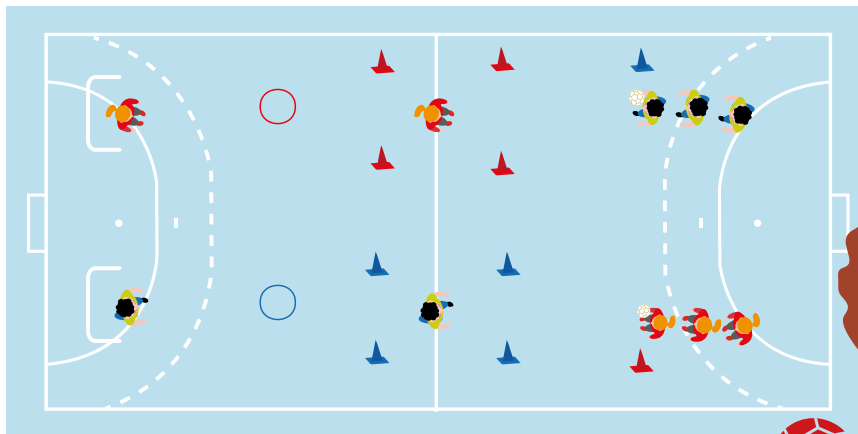
LEYVUR OG GASELLUR

SÖGAN

Gasellurnar skulu yvir um teigin at goyma matin, sum tær eigauttan at verða tiknar av leyvunum. Fyri at skjóta skal gasellan vera í einum ringi, og fyri at koma til ringin skulu tey í gjøgnum teigin,uttan at leyvan nemur við hana. Um ein leyva nemur við eina gasellu, skal gasellan afturum í røðini og geva næstu gaselluni bóltin.

SKIPAN

Ger teigin við fyra keylum. Ein málverji er í hvørjum máli, og ein leyva fyri hvørt mál. GG! Leyvan sleppur ikki at fara úr sínum teigi.



Um børnini eru nógv í tali, ger so fleiri breytir. Hetta stytir um bíðitíðina.

LEIÐBEINING

Fyri at sleppa at skjóta skulu børnini í gjøgnum ásetta økið,uttan at nakar nemur við tey.

- Um onkur nemur við ein, skal mann afturum í røðini, og tann fremsti í røðini fær bóltin og kann royna seg.
- Um mann sleppur í gjøgnum økið,uttan at nakar nemur við ein, telur tað eitt stig.
- Um mann skorar, fær mann eitt stig afturat.
- Um málverjin nemur við bóltin, fær hann eitt stig.
- Um leyvan (verjuleikarin) nemur við bólthaldaran, fær leyvan eitt stig.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Ger økið størri, sum børnini skulu ígjøgnum, og minni, um tað er ov lætt.

Fyri at bjóða teimum av: Sama spæl, men gasellurnar hava átta bóltar. Um leyvan nemur við leikaran, fær hon bóltin, og um gasellan megnar at koma ígjøgnum, eiga tey framvegis bóltin.

VENJING 7

VIÐ SJÓVARMÁLAN

Í dag fara vit at hugna okkum í fjøruni.
Vit fara at spæla í sjónum



UPPHITING

Skipan: Børnini standa spjødd á vøllinum. Venjarin ger rørslur, sum ímynda fólk, djór og plantur í sjónum.

Leiðbeining:

- Halt fyri nösina og kava fleiri ferðir (beinbendingar og squat/niður at húka).
- Meðan vit standa, veipa vit við ørmunum til høgru og vinstru, akkurát sum tarin flytur seg í sjónum, og kasta kroppin frá høgru til vinstru.
- Vit leggja okkum á gólvið og svimja við ørmunum (bringusvimjing, ryggsvimjing, firvaldar- og frísvimjing).

VENJINGAR



FISKUR OG ÚTRÓÐRARMENN – RØRSLA OG KAPPING

Útgerð: Fýra ringar, 20 bóltar (ella annað, sum ímyndar fiskar).



STIKLA STEINAR – SKOT

Útgerð: Ein bólt til hvørt barn og benkur (ella annað, sum skilir vøllin).



BYGGJA SANDBORG – RØRSLA

Útgerð: Keylur, plastkassar ella pappkassar.



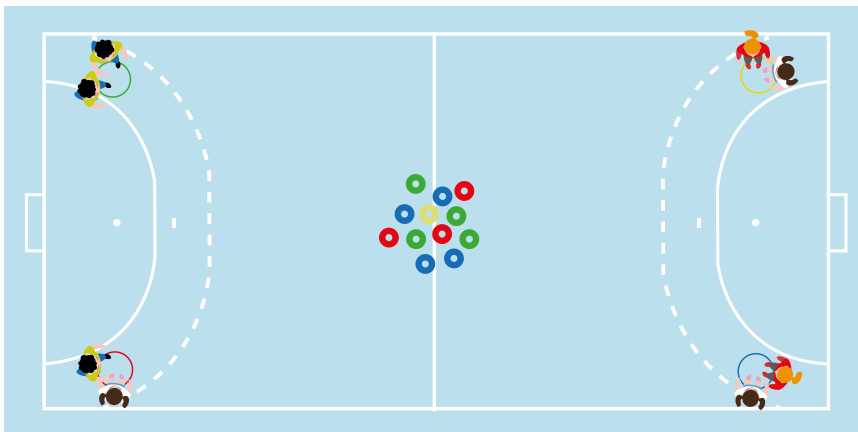
FISKUR OG ÚTRÓÐRARMENN

SÖGAN

Vit eru farin til útróðrar og skulu gera okkum til reiðar at fiska.

SKIPAN

Børnini verða býtt upp í fýra lið. Hvert lið hevur ein ring til at leggja fiskin í. Bóltarnir (fiskarnir) liggja spjaddir á gólvinum.



LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, fer eitt barn úr bátinum (ringinum) eftir einum fiski og leggur hann í bátin (ringin). Spælið endar, tá ið allir fiskarnir eru í bátunum. Liðið við flest fiskum vinnur.

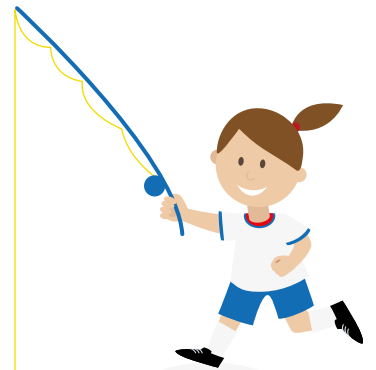
RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Bið børnini gera serligar rørsur, tá ið tey flyta seg.

- Krabbagonga - á øllum fýra.
- Sum ein springari, leypa fyri at koma framefti.

Um tað bert eru bóltar, sum ímynda fisk, kanst tú biðja tey:

- Dribla aftur til bátin.
- Kasta bóltin upp í loft og lofta honum aftur, áðrenn tey kunnu renna aftur.



Tú kanst skifta bóltarnar út við aðrar lutir, sum ímynda fisk.



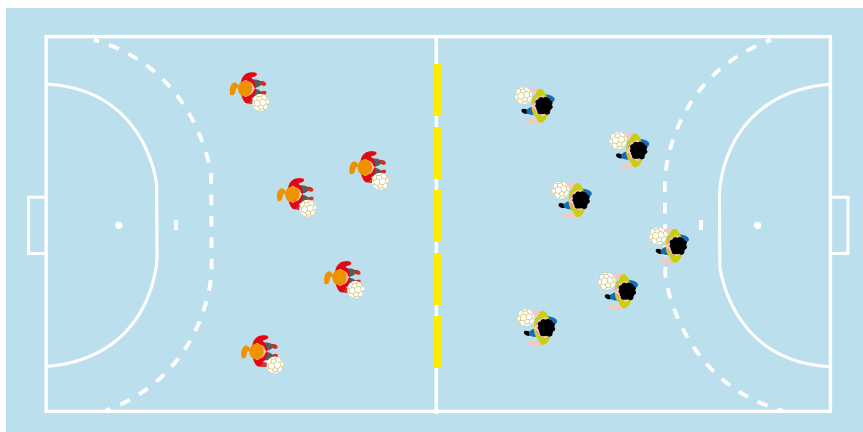
STIKLA STEINAR

SØGAN

Tað er ein góður dagur at vera úti í dag, tí fara vit at finna upp á okkurt stuttligt. Vit fara at kappast um at stikla í fjøruni.

SKIPAN

Býtt børnini í tvey lið, sum eru hvør sínumegin benkurnar.



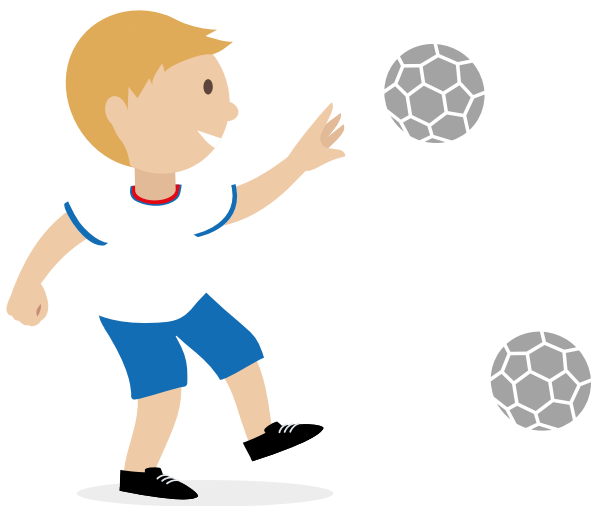
Foreldur kunnu standa rundan um vøllin og steðga bóltum.

LEIÐBEINING

Tá ið venjarin floytar, kasta børnini bóltarnar yvirum. Tá ið venjarin floytar aftur, seta børnini seg niður og telja, hvussu nógvir bóltar eru í teirra øki. Liðið við fæst bóltum í sínum øki vinnur.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Hoppa við bóltinum upp um eina aldu, beint áðrenn tey kasta.



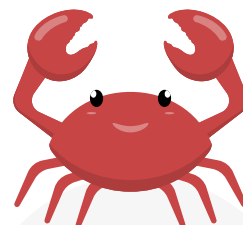
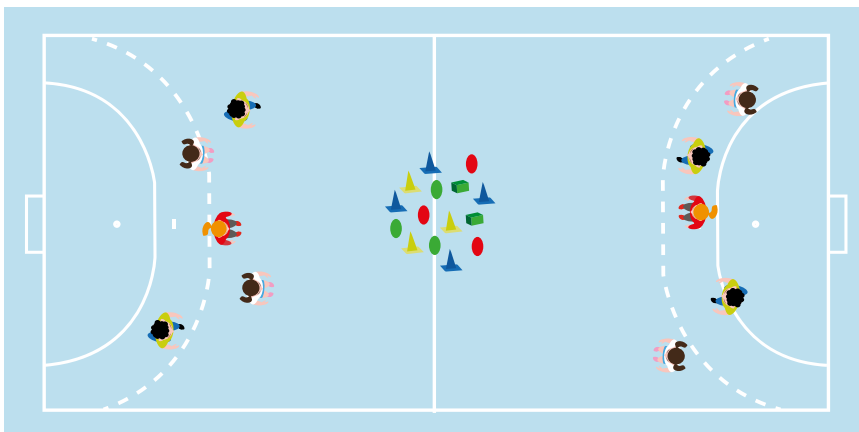
A SANDINUM

SØGAN

Á sandinum eru sandheggjar, sum kunnu byggjast til borgir. Latið okkum byggja borgir.

SKIPAN

Børnini verða býtt upp í tvey lið. Í miðjuni á vøllinum liggja kassar og eskjur og keylur, sum børnini kunnu stápla.



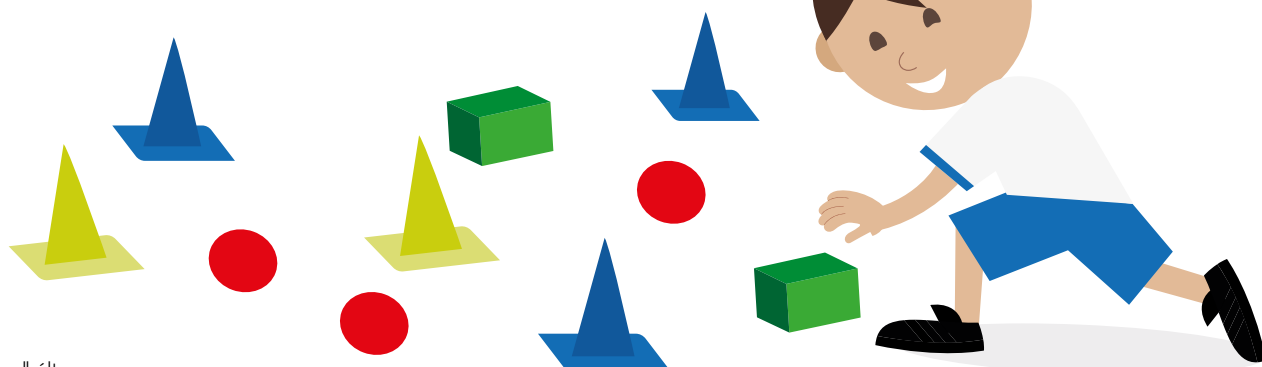
Tú kanst nýta
pappkassar,
skógvaeskjur og
annað.

LEIÐBEINING

Málið er at børnini læra einfaldar rørslur sum at grulva og flyta seg eftir gólvinum. Tey styrkja millum annað kjarnan í kroppinum. Tá ið venjarin gevur boð, fara tey at stápla eina borg. Tel hart, so tey vita, hvussu leingi tey hava at byggja. Um tey hava tørv á longri tíð, telur mann spakuligari ella longri.

RÁÐ

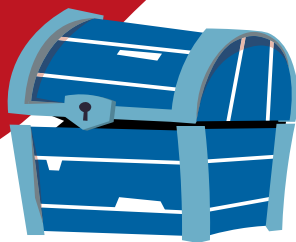
Fyri at bjóða teimum av: Tú kanst seta ymisk mál. Hvær klárar at byggja ta hægstu borgina, ta flottastu borgina ella ta sterkastu borgina?



VENJING 8

SJÓRÆNARAR

Vit eru farin umborð á skipið hjá sjórænarunum. Í dag skulu vit gera tað, sum sjórænararnir fyrr í tíðini gjørdu. Vit fara at leita eftir gulli og kappast um, hvør er tann besti sjórænarin.



UPPHITING

Bið børnini siga, hvussu ein sjórænarari sær út og ger rørslur eftir hesum. Klapp fyri eygað og træbein. Bið børnini lakka, meðan tey halda fyri annað eygað.

Lat tey stýra sjórænaraskipinum við stóra róðrinum (stórar rørslur við ørmunum).

Lat sum um, at tað rullar nógv umborð, og bið tey halda javnvágina, meðan tey sveiggja aftur og fram.



VENJINGAR



TANN STÓRI SKATTURIN – KAPPING

Útgerð: Tríggjar mottur, keylur ella sandsekkir og tveir vestar



SJÓRÆNARARNIR OG SJÓRÆNARASKIPIÐ – SKOT OG KAPPING

Útgerð: Eitt mál, tveir bóltar, fýra rimar og tveir ringar



SJÓRÆNARARNIR KOMA! – SKOT OG KAPPING

Útgerð: Tólv keylur, rimar, benkur og flatar keylur

TANN STÓRI SKATTURIN

SÖGAN

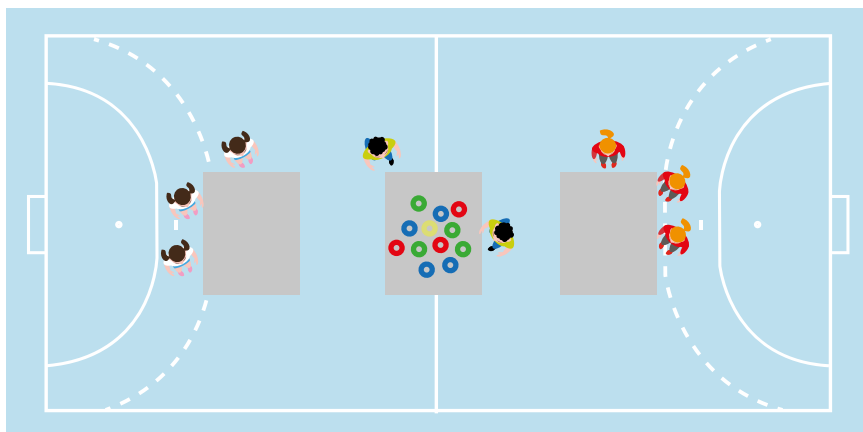
Tvey sjórænaraskip hava funnið útav, hvar kongurin hevur gullið. Sjórænararnir fara at kappast um at fáa mest gull.

SKIPAN

Tríggjar mottur liggja á gólvinum (umleið fýra metrar ímillum), sum ímynda skip.

Keylurnar (ella sandsekkirnir), sum ímynda skattin og gullið, liggja á mittastu mottuni.

Tvey børn eru hermenn hjá konginum og verja skattin. Hini verða býtt upp í tvey lið á hvør sínum skipi.



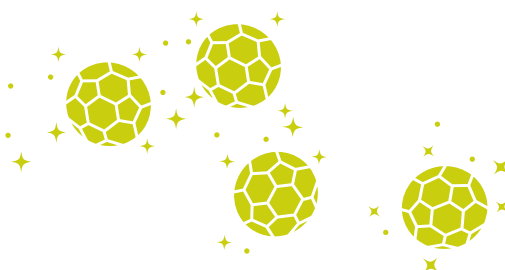
LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, fara sjórænararnir eftir gullinum. Tey sleppa bert at taka ein lut í senn. Um nakar nemur við tey, mugu tey leggja lutin aftur í skipið hjá konginum. Spælið endar, tá ið allir lutirnir eru tiknir. Liðið við flest lutum hevur vunnið.

RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Ger eitt stórt lið, sum samstarvar um at fáa fatur á skattinum.

Fyri at bjóða teimum av: Být keylurnar um við bóltar, soleiðis at børnini kunnu kasta í millum sín



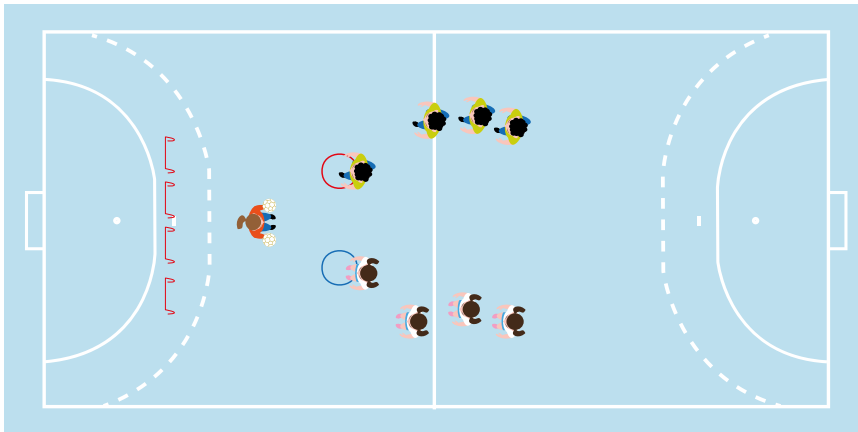
SJÓRÆNARARNIR OG SJÓRÆNARASKIPIÐ

SÖGAN

Tveir bólkar av sjórænarum bjóða hvörjum öðrum av til at taka eitt skip. Tann, sum loftar bóltnum, sum skiparin kastar, skjýtur eftir skipinum og fer síðan at verja skipið frá næsta skjúttanum.

SKIPAN

Být børnini upp í tvær røðir, sum venda móti málinum. Ger eina yvirtroðksstrikku við rimum. Venjarin stendur við tveimum bóltnum í millum røðirnar. Ein málverji er í málinum (hetta kann vera eitt foreldur).



Kasta ikki bóltarnar ov langt, soleiðis at tey fanga bóltin framman fyri avmarkaða økið.

LEIÐBEINING

Venjarin kastar ein bólt spakuliga í móti málum. Børnini renna eftir bóltnum og tann, sum fangar bóltin, skjýtur í málið. Hitt barnið fær hin bóltin og skal nú skora í málið.

Tey fáa eitt stig fyri at skora.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Børnini kunnu byrja sitandi, liggjandi o.s.fr..



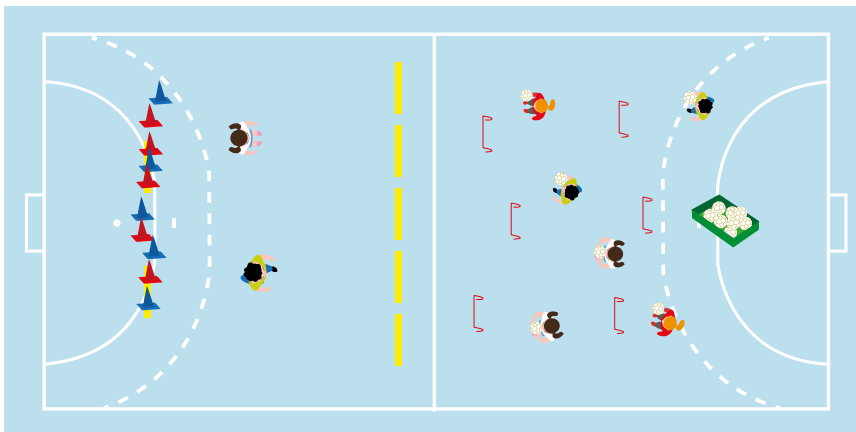
SJÓRÆNARARNIR KOMA!

SÖGAN

Sjórænararnir leypa á skipið hjá kongi. Teir skjóta við kanónunum, og hermennirnir hjá kongi royna at verja skipið.

SKIPAN

Set keylur á benkur, sum er málið at raka. Avmarka verjuðkið umleið tveir metrar frá beinkjunum. Rimar verða settar í álopsúkið. Legg allar bóltarnar í ein kassa. Tvey børn verja og kunnu seta keylurnar upp aftur, tá ið tær koppa. Hini børnini byrja nær við kassan, har bóltarnir eru.



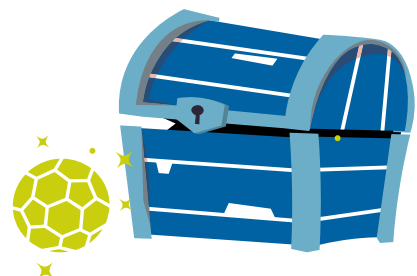
LEIÐBEINING

Tá ið venjarin gevur boð, skulu sjórænararnir upp um forðingarnar og skjóta eftir keylunum. Um bólturin stækkur út aftur, skal sjórænarin bera hann aftur í kassan og taka ein nýggjan bólt. Um bólturin steðgar innan fyri økið, eru tað hermennirnir, sum taka bóltin, og leggja hann í sína goymslu.

Spælið endar, tá ið allir bóltarnir eru tiknir, ella allar keylurnar eru koppaðar.

RÁÐ

Set fleiri ella færri verjuleikarar eftir, hvussu væl tað gongur.



VENJING 9

Í DJÓRAGARÐINUM

Í dag fara vit at mæta djórunum í djóragarðinum og hjálpa djórapassarunum, sum hava úr at gera.



UPPHITING

Fyri at koma at kenna djórini, fara vit at herma eftir teimum. Stór sum ein giraffur. Armarnar heilt upp í loft, leyp sum ein apa, gakk tungt sum ein fílur og á øllum fýra sum eitt stórt áarross.

VENJINGAR



GILDUGA ÁARROSSIÐ - RØRSLA

Útgerð: Tríggjar rimar, átta keylur, sjey ringar, ein kassi við keylum og sandsekkir.



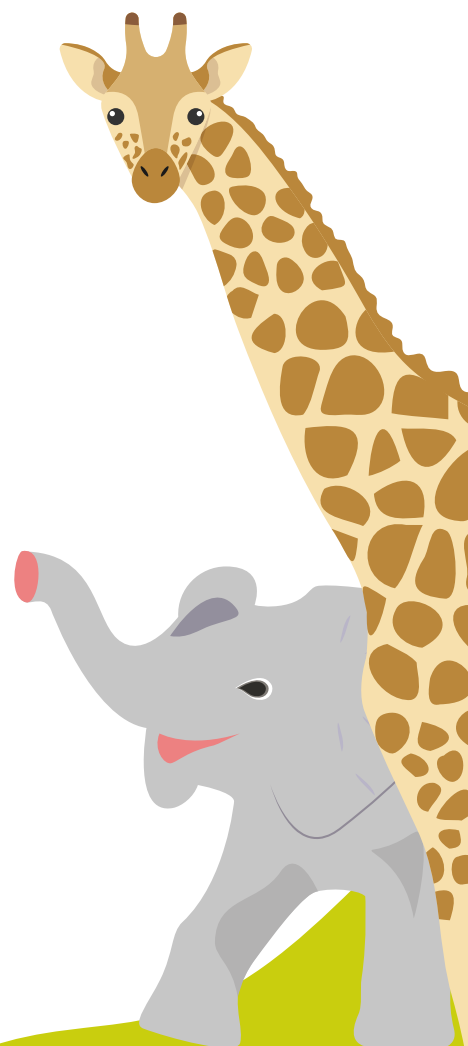
MÁLTÍÐIN HJÁ FÍLINUM – AT SKJÓTA NEYVT

Útgerð: Tríggir ringar, tvær keylur, flatar keylur og bóltar.



APURNAR ERU RÝMDAR – KAPPING

Útgerð: Flatar keylur og vestar.



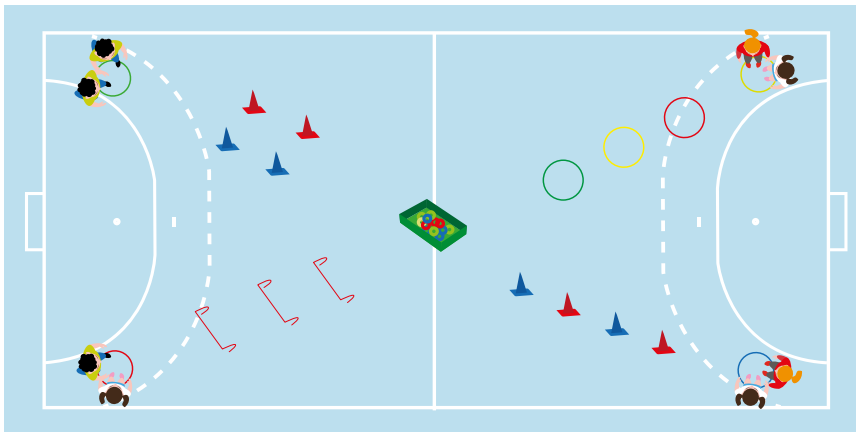
GILDUGA ÁARROSSIÐ

SÖGAN

Áarrossini eru ógvuliga svong! Fyri at fáa tær góðu fruktirnar mugu tey rundan um forðingarnar í garðinum.

SKIPAN

Ger breytir, sum leiða inn móti kassanum við lutunum í (bólta, keylur, sandsekkir o.a.). Børnini spjaða seg á allar breytirnar.



Ger fleiri breytir.
Ein breyt til tvey
børn.

LEIÐBEINING

Børnini skiftast um at fara upp eftir einari frukt og leggja hana í sín ring. Tá ið allar fruktirnar eru tiknar, telja vit upp. Bólkurin við flest fruktum vinnur. Børnini skifta breyt, soleiðis at tey royna allar tær ymsu breytirnar.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Bið børnini hjálpa til at gera breytirnar til mótstøðuliðini.



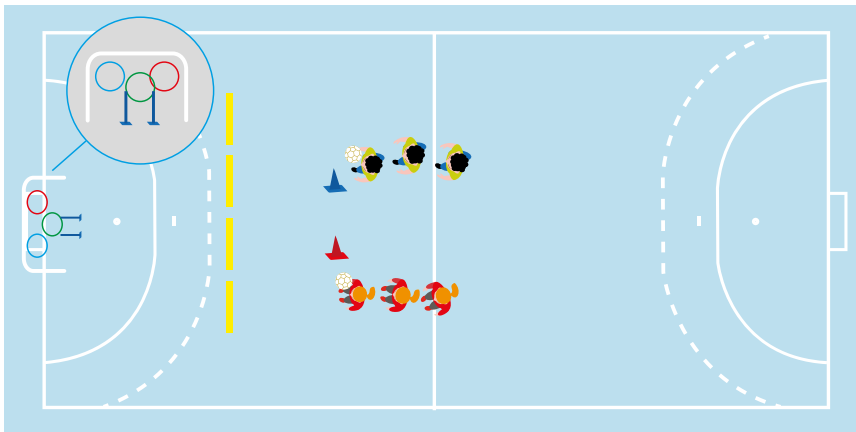
MÁLTÍÐIN HJÁ FÍLINUM

SÖGAN

Djórappassararnir skulu geva djórunum, og í kvöld eru fílnir sera svangir. Djórappassararnum tørvar hjálp til at kasta súreplir inn til fílnar.

SKIPAN

Fest tríggar ringar í málið, sum ímynda kjaftin á filunum. Ger eina striku umleið tríggar metrar frá málinum og být børnini upp í tvey lið.



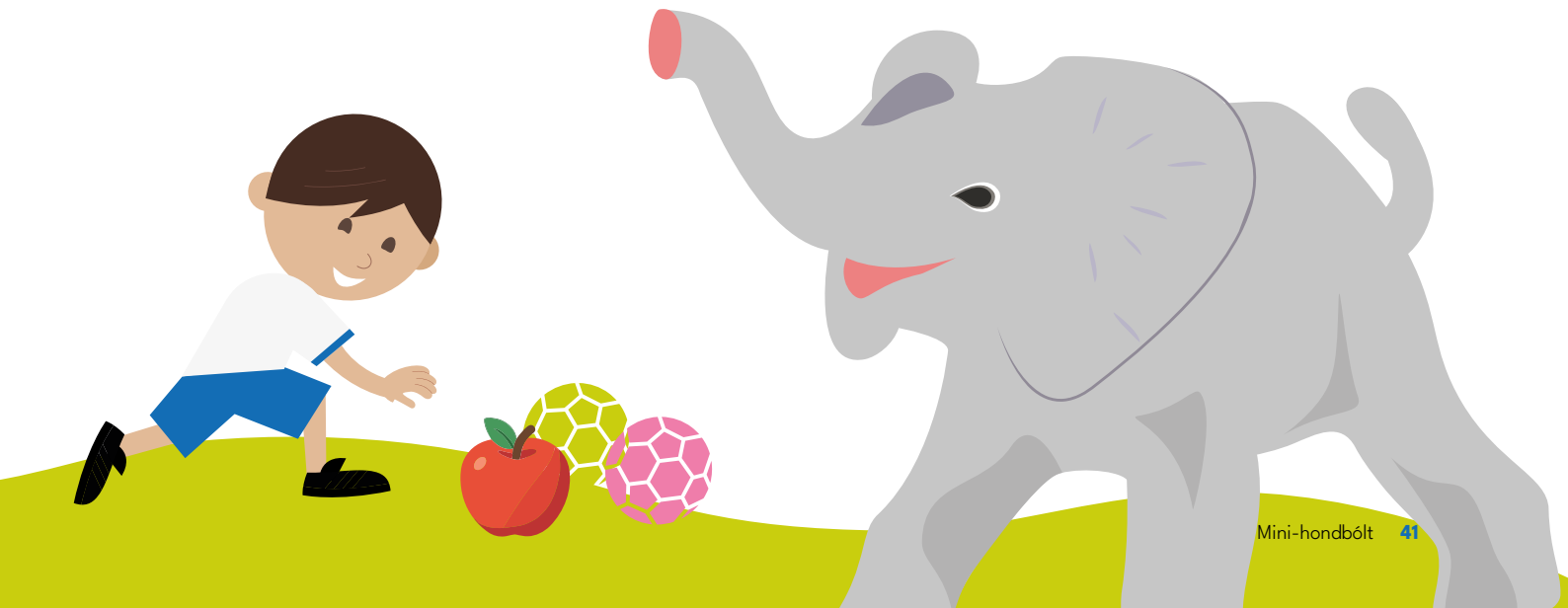
Ger av, hvaðani
børnini skulu kasta
eftir stiginum.

LEIÐBEINING

Børnini fara eitt og eitt og kasta eftir ringunum. Tey fáa eitt stig fyri at raka ein ring og skulu síðan handa tí næsta í røðini bóltin. Ger av, hvussu nógv stig tey spæla uppí.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Set forðingar, sum børnini skulu ígjøgnum, áðrenn tey kasta.





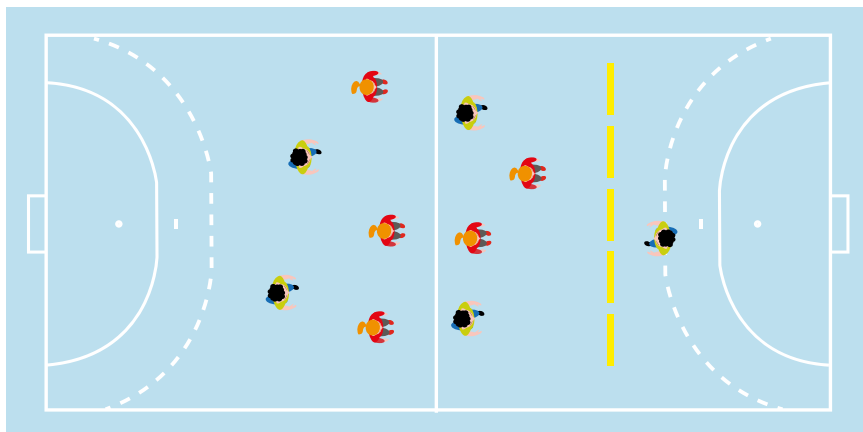
APURNAR ÉRU RÝMDAR

SÖGAN

Apurnar eru rýmdar úr búrinum, og djórapassararnir skulu fanga allar áðrenn skýming.

SKIPAN

Ger eitt øki, sum spælt verður á. Trý børn fáa vest, sum hava leiklutin sum djórapassarar. Hini eru rýmdar apur.



Tað er umráðandi,
at týðiligt mark er
í millum økini.

LEIÐBEINING

Apurnar renna runt, meðan djórapassararnir royna at nema við tær. Um ein apa verður nomin við, skal hon í økið, sum ímyndar búrið. Apurnar í búrinum kunnu sleppa leysar, um ein onnur apa, nemur við hana. Umfarið er tíðaravmarkað (3 minuttir), og síðan telja vit, hvussu nógv apur eru fangaðar, áðrenn farið verður til næsta umfar.

RÁÐ

Fyr at bjóða teimum av: Legg trýggjar ella fýra ringar (út frá hvussu nógv børn eru) á gólvið. Hesir ringar ímynda trø, har apurnar kunnu krógva seg. Í ringinum skulu apurnar standa á einum beini, um tær missa javnvágina, skulu tær úr ringinum.



VENJING 10

Í HAGANUM



Tað er stuttligt at fara í hagan, tá ið veðrið er gott.

Vit síggja seyð, fugl og harur. Har er eisini mangt annað spennandi at síggja.

UPPHITING

Børnini sita og strekkja spakuliga. Vit vakna akkurát sum seyðurin, sum hevur krokað alla náttina. Vit reisa okkum spakuliga og strekkja okkum uppeftir. Vit røra okkum stillisliga fyri ikki at vakja fuglarnar og harurnar rundan um okkum. Vit bukka okkum niður at eta døggváta grasið og leypa yvir um eina veit fyri at sleppa nærri at slökkja tostan.



VENJINGAR

HARURNAR – RØRSLA

Útgerð: Keylur, ringar og rimar.



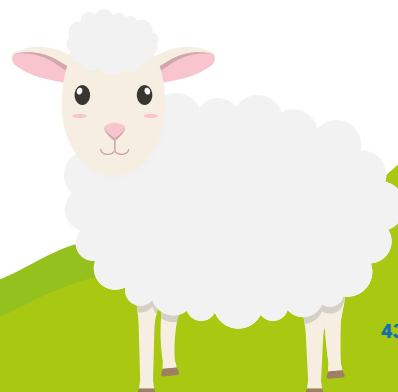
SAVNA LESULL – SKOT

Útgerð: Bóltar, tvey mál, triggir ringar, tvær keylur og vestar.



LADA VARÐAR - RØRSLA

Útgerð: 10 stórar keylur, 10 smærri keylur.



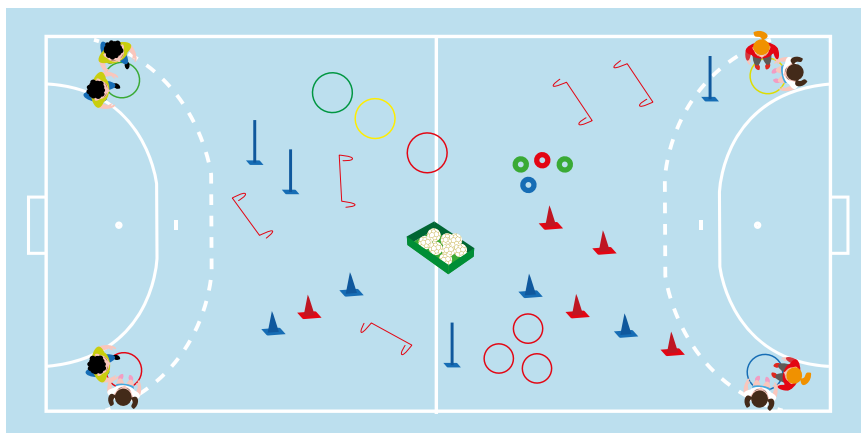
HARURNAR

SÖGAN

Fyri at klára veturin mugu harurnar savna ber og leggja tær í holuna. Fyri at klára tað, mugu harurnar upp um steinar og yvir um veitir í haganum.

SKIPAN

Legg fýra ringar, sum ímynda haruholur í hornini á vøllinum. Í miðjuni er ein kassi við lutum í, sum ímynda ber. Set forðingar á allan vøllin. Ger so nógv lið, sum gevur meining, og lat tey byrja við ringarnar.



Eggja børnunum til at megna upp um forðingarnar.

LEIÐBEINING

Børnini skulu upp um forðingarnar fyri at fáa fatur á berunum. Tey sleppa bert at taka ein lut í senn og skulu leggja hann í ringin, sum er teirra hola. Tá ið allir lutirnir eru tiknir, telja harurnar, hvussu nógv ber tær hava savnað til veturin.

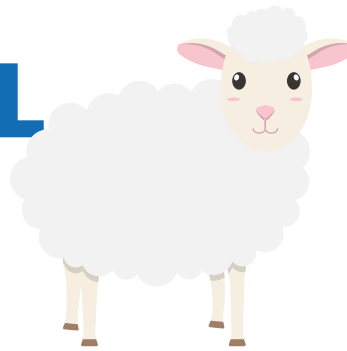
RÁÐ

Fyri at gera tað lættari: Tak nakrar av forðingunum burtur

Fyri at bjóða teimum av: Harurnar kunnu stjála ber úr hinum holunum, men mugu altíð í gjøgnum forðingarnar áðrenn. Um tann haran sum hevur stolið berið verður nortin av einari aðrari haru, skal hon leggja berið aftur har hon tók tað.



SAVNA LESULL

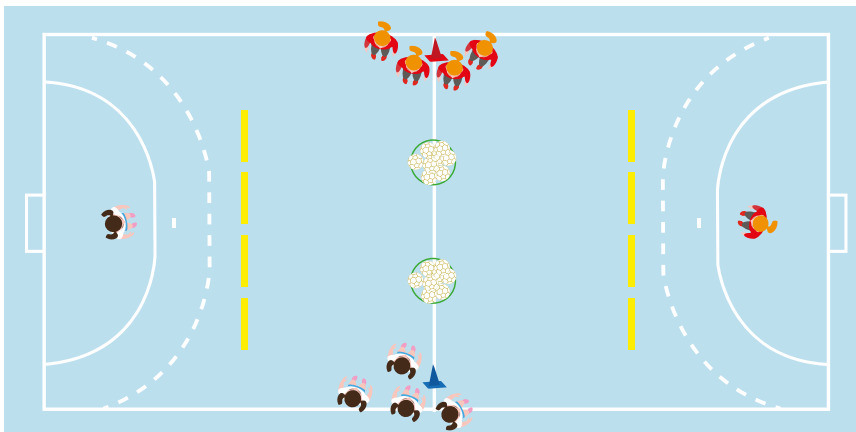


SØGAN

Tá ið summarið nærkast, missir seyðurin ull, sum vit kalla lesull. Fuglar nýta lesull til at byggja reiður, men tað kann vera vandamikið fyri teir. Vit mugu savna lesullina saman, soleiðis at fuglarnir ikki fáa hana um beinið.

SKIPAN

Být børnini upp í tvey lið. Legg ringar á gólvið og legg bóltarnar í ringarnar. Málini ímynda ein posa, og ein málverji er í hvørjum máli, sum ímyndar ein fugl, sum eisini vil hava lesullina. Tvær keylur verða settar á rakað har, sum ringarnir liggja.



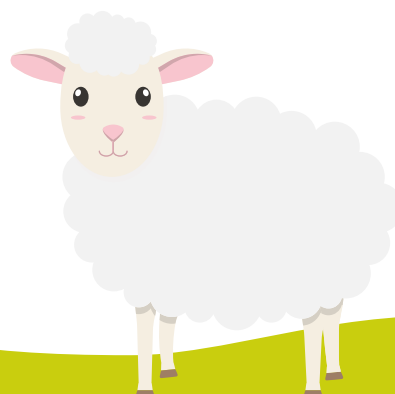
Nýt vestar, sum eru í somu litum sum keylurnar, fyri at minnst, hvørjar keylur mann eigur

LEIÐBEINING

Liðini skulu roynd at kasta bóltin (ullina) í málið (posan). Um málverjin bjargar, ella um bólturin fer við síðuna av málinum, tekur skjúttin bóltin aftur og leggur hann í ringin. Áðrenn skjúttin kann skjóta aftur, má hann nema við keyluna hjá sínum liði. Tá ið eingir bóltar eru eftir, telja børnini, hvussu nógvir bóltar (lesull) eru í málinum.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Flyt markið longur út, soleiðis at tey skjóta við størri frástøðu.



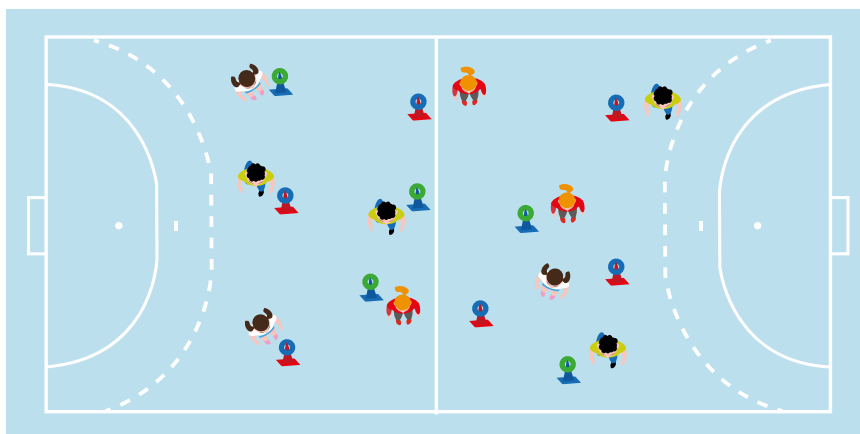
LAÐA VARÐAR

SÖGAN

Varðarnir í haganum vísa veg eftir gomlu gætunum. Tað er kalandi ódn, og hvirlurnar koppa steinum av varðunum. Vit mugu hjálpast at við seta teir upp á pláss aftur.

SKIPAN

Í einum avmarkaðum øki seta vit smáar keylur oman á størri keylur, sum ímynda varðar. Ger tvey lið. Vinnur vindurin á fólkunum?



Nýt keylur í ymsum
støddum, um tær
eru til taks.

LEIÐBEINING

Set eina tíðaravmarking (1 minutt). Vindurin skal roynd at koppa so nógvum keylum sum gjørligt, meðan hini skulu roynd at seta tær upp aftur. Tá ið tíðin er farin, telja vit, hvussu nógvur keylur liggja, og hvussu nógvur standa. Liðið, sum hevur flest, vinnur.

RÁÐ

Fyri at bjóða teimum av: Børnini, sum ímynda vind, kunnu kasta keylurnar burturfrá, so tað verður longri hjá fólkunum at laða varðan aftur.

