

SOMMAR

# Rörelsebingo



BE NÅGON  
SÄGA EN FÄRG  
OCH HÄMTA  
SEDAN 5 SAKER  
SOM ÄR I DEN  
FÄRGEN

TESTA ATT  
JONGLERA  
MED BOLLAR

KASTA UPP EN  
BOLL I LUFTEN  
OCH FÖRSÖK  
FÅNGA DEN 10  
GÅNGER

GÅ PÅ  
HÅLARNAN  
10 M

DANSA TILL  
EN LÅT

PLOCKA 3 SKRÄP  
I NATUREN

HITTA PÅ EN  
EGEN RÖRELSE-  
HÄLSNING MED  
EN KOMPIS

BYGG/RITA EN  
RÖRELSEBANA  
OCH TA DIG  
RUNT DEN



TA EN PROMENAD

LEK FÖLJA JOHN

LEK EN  
VALFRI LEK

HA ROLIGT



GÖR NÅGOT  
MED KOMPISAR

CYKLA

GÅ SOM 5  
OLIKA DJUR

BADA



Rörelsesatsning i skolan

Illustrationer: Susanne Fredelius