

Uge 3 - Bondegården



Velkomst og introduktion – 5 minutter

I dag skal FC Skanderborgs fodboldbørn på bondegårdstur. Det betyder, at vi skal ud at besøge bondemanden på hans gård, hvor der er heste, grise, køer og får. Måske har han også geder, høns, ænder og gæs. Måske er der katte og hunde på gården også. Vi skal hjælpe bondemanden med alle de ting, der skal ordnes på gården. Kornet skal høstes, køerne skal malkes, æggene skal samles ind ude fra hønsegården, og der skal plukkes frugt fra træerne. Alle dyrene skal fodres og have vand at drikke – og måske er grisene stukket af igen? Kattene fanger mus, hunden holder ræven væk, så den ikke æder hønsene eller kaninerne. Der er masser af ting at give sig til på en bondegård.

Station 1 – Små frække grisebasser – 10 minutter

Bondemanden skal fodre griseungerne, så børnene skal hjælpe ham med at holde vagt, så de ikke stikker af ud gennem lågen. Dette er en makkerøvelse, hvor barnet og den voksne er sammen. Den voksne har bolden og er bag ved barnet, som står med spredte ben. Bolden trilles mellem barnets ben (gerne med en griselyd til følge), og barnet skal nu fange den lille frække grisebasse, som prøver at stikke af. Der kan byttes roller.

Øvelsen kan varieres ved at bolden skal stoppes med:

- Foden
- Sålen
- Hælen
- Tåen
- Hånden
- Næsen
- Maven
- Numsen



Uge 3 - Bondegården



Station 2 – Frugtsalat – 10 minutter

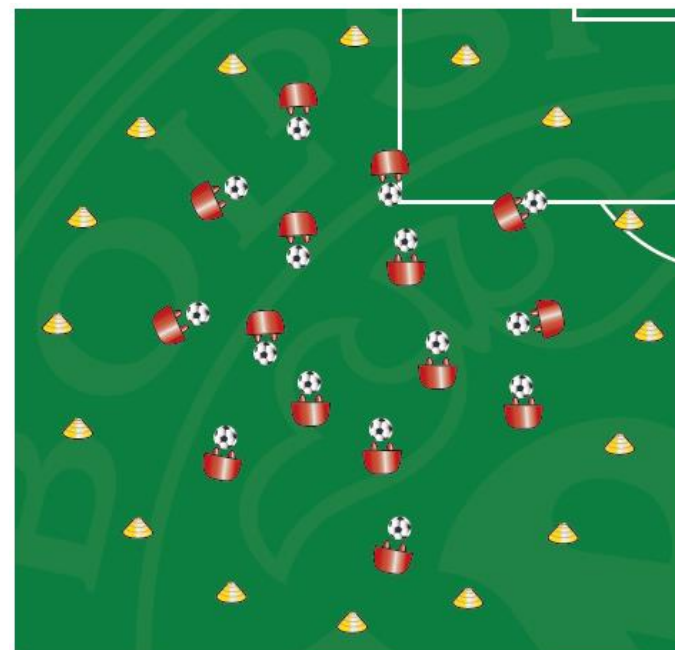
Børnene skal nu hjælpe med at plukke frugt. De tager opstilling med egen bold ved en kegle og får tildelt hver sin frugt: æble, pære eller blomme.

De dribler ind i cirklen og hen til en ny ledig kegle, når deres frugt bliver kaldt.

Når der bliver råbt ”frugtsalat”, skal alle børnene skifte plads.

Der kan varieres med forskellige driblinger:

- Fri dribling
- Fodsål
- Én fod
- Gennem firkant i midten
- Vende ved firkant og drible tilbage til samme kegle



Uge 3 - Bondegården

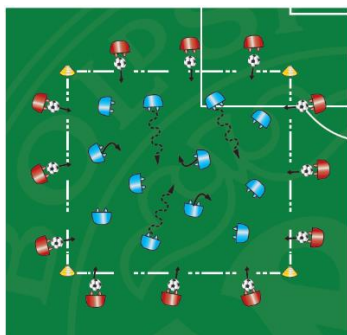
Station 3 er for de børn, der ikke vil være med til kamp (station 4).

Station 3a – Andemor og ællingerne – 6 minutter

Når ællingerne er kommet ud af æggene, så følger de deres mor og gør alt det, hun også gør. På den måde lærer de, hvordan man skal gøre, når man er en and.

Dette er en makkerøvelse, hvor barnet og den voksne er sammen. Det er en klassisk omgang ”kongens efterfølger”, hvor den forreste i rækken bestemmer, og de andre kopierer. Kan laves med eller uden bold.

Station 3b – Ram kørerne – 6 minutter



Kan du ramme kørerne?

Inde på marken går kørerne (de voksne) rundt. Børnene kan ikke komme forbi det elektriske hegn (må ikke gå ind i firkanten).

Når man rammer en ko med bolden (kast eller spark), siger den ”muh”.

Nogle køer er hurtige og hopper for ikke at blive ramt. Andre er dovne og flytter sig næsten ikke. De siger dog alle sammen ”muh” – og laver måske et sjovt udfald, når de bliver ramt.

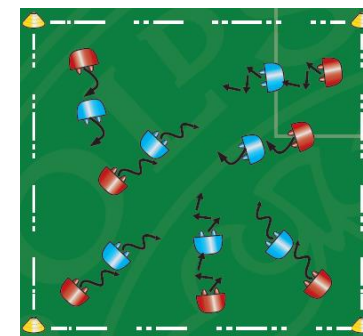
Station 3c – Samle æg – 6 minutter

Børnene skal hjælpe bondemanden med at samle hønseæg. De dribler rundt mellem keglene med hver sin bold.

Når de rammer en kegle med bolden, må de bagefter vælte den med hånden eller foden. De voksne rejser løbende de væltede kegler op igen.

Hvor mange æg kan de nå at samle?

Der kan evt. byttes roller.



Uge 3 - Bondegården



Station 4 – Dyrefodboldkampe– 15 minutter

Børnene fordeles på et passende antal baner med 3-mandsmål. Her spiller de kamp: Køerne vs. Hestene.

Fælles afslutning – 5 minutter

Bondegårdens dyr siger tak for i dag. Børn og voksne stiller op i hver sin række og giver hinanden en highfive-hilsen.
Hvor skal vi hen næste gang – Pirater på skattejagt.