

Mål

1. Deltakerne skal tilegne seg grunnleggende ferdigheter i de aktuelle aktivitetene.
2. Deltakerne skal oppleve aktivitets- og mestringsglede ved utprøving av aktivitetene

Aktiviteter og oppgaver

Aktivitetmulighetene er mange med snø, ski og akebrett/kjelker, og med is og skøyter.

Opplegg og aktiviteter må i stor grad tilpasses deltakernes ferdigheter. En strategi kan være å starte med å la deltakerne aktivisere seg sjøl. Da ser en nivået, og kan etter hvert foreslå relevante oppgaver og aktiviteter. Vær imidlertid oppmerksom på om noen blir stående uvirksomme og fryse. Da er det viktig at en raskt kommer i gang med organiserte aktiviteter.

For tips om aktiviteter og oppgaver se "Barn i friluft" s 110-123 "Gøy på ski" og "Gøy på is".



Foto: Hugo Tingvoll, Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal