Airhockey i gympasalen

Idrotter och andra fysiska aktiviteter inomhus och utomhus under olika årstider och i olika väder - Lekar, fysiska aktiviteter och utevistelse, Fritidshem

Syfte

Eleverna tränar koordination öga-hand, reaktionsförmåga, samt olika delar av kroppen. Dessutom är det roligt!

Metod

Detta behöver ni: Olika sorters koner. Högre utgör målstolpar och låga/platta blir ”puckar”.

Så här gör man: Bygg mål med cirka två-tre meters avstånd (anpassa avståndet utifrån elevernas förmåga). Spelaren måste stå på alla fyra. Den platta konen fungerar som puck och ska förpassas i motståndarens mål. Pucken måste glida på golvet för att skottet ska vara giltigt. Konen får således inte kastas. Eleverna byter motståndare med jämna mellanrum. Film som visar hur spelet går till finns här.

Turnering

De som vill kan skapa och vara med i en turnering. Ett enkelt sätt att anordna en sådan utan krångel och administration brukar vi kalla för Allsvenskan. Bestäm speltid, till exempel tre minuter/pass. När matcherna är slut flyttar vinnaren i varje match ett steg åt det håll som är ”uppåt” i seriesystemet. Förloraren flyttar ”nedåt”. Upprepa under ett förutbestämt antal omgångar. Sista matcherna blir då placeringsmatcher för samtliga.

Reflektioner från pedagog

Ett spel där ålder inte spelar någon större roll och antalet deltagare kan vara obegränsat.

CC BY NC SA