

Disktraserace

Lekar - Rastverksamhet, Årskurs 7-9

Syfte – Varför?

En rolig lek som många kan leka tillsammans. Det fordras billigt material och är enkel att genomföra. Relativt snabb lek som går att leka med allt från två till väldigt många barn.

Lgr 11 – Vad?

Initiera, organisera och delta i lekar av olika slag.

Skapa och upprätthålla goda relationer samt samarbeta utifrån ett demokratiskt och empatiskt förhållningssätt. Idrotter och andra fysiska aktiviteter inomhus och utomhus under olika årstider och i olika väder.

Metod – Hur?

Material som ni behöver:

- Fyra hinkar, två större att ha vatten i och två mindre att fylla under leken.
- Disktrasor
- Gatukrita eller två hopprep

Så här gjorde vi

Markera startlinjen med gatukrita eller ett hopprep. Vid startlinjen finns det en hink med vatten per lag. I hinken ligger det en disktrasa. Ca fem meter från startlinjen står det två mindre hinkar. Den första i laget blöter sin disktrasa, springer fram till den lilla hinken och kramar ur allt vatten. Eleven springer tillbaka till starten och lägger ner disktrasan i vattnet och nästa person i laget upprepar samma procedur. När något av lagen lyckas fylla sin lilla hink så att det rinner över har det laget vunnit och man håller tillbaka vattnet i de stora hinkar och leken kan starta om igen.



Reflektioner från pedagoger

Det är kul att leka med vatten. Enkla och billiga lekar är toppen och vi fick hinkar från matbepisningen i olika storlekar. Disktrasorna går att använda många gånger bara man hänger upp dem på tork efteråt. Om det var mycket barn som ville vara med så var det bara att hämta två hinkar och en disktrasa till så hade vi tre lag. Vi använder även leken på fritidshemmet och när vi hade femkamp så var denna en av grenarna.

Reflektion från elever

Eleverna gillar den här leken och vi har lekt den här leken inte bara på rasten utan de har önskat den på fritidshemmet. De tycker det är spännande att se vilket lag som får vattnet i hinken att rinna över när det är riktigt jämt.