

Snurran

Fysiska aktiviteter och utevistelse - Rastverksamhet, Årskurs 7-9

Syfte – Varför?

Aktivera eleverna och uppmuntra till rörelse under rasten! Lite spänning blir det på köpet!

Lgr 11 – Vad?

Initiera, organisera och delta i lekar av olika slag.

Idrotter och andra fysiska aktiviteter inomhus och utomhus under olika årstider och i olika väder.

Metod – Hur?

Förberedelser och material: Ett rep, ca 3-4 m långt, fästs på en mjukare boll (det ska inte göra ont att bli träffad), men med lite tyngd i (det måste bli bra fart på snurran). En hink/korg med ärtpåsar placeras ett par meter framför "snurraren". Två "bon" markeras mitt emot varandra (för att minimera risken för krock), cirka 10 meter ifrån korgen, där växlingar inom laget sker.

Genomförande: Dela in deltagarna i två lag. Det gäller att samla ihop ärtpåsar till sitt lag genom att hämta dem ur korgen under snurran. Om någon blir träffad avbryts försöket, eventuell hämtad ärtpåse måste lämnas tillbaka, och den träffade måste springa och växla till en ny lagmedlem. Det andra laget får därmed en "gratischans" att ta en enkel ärtpåse innan snurran kommit igång igen!



Lärare och elever utvärderar

I bilderna ovan syns elever från årskurs 1-2 som mötte elever i årskurs 6 i Snurran. En match som slutade oavgjort, 15-15! Det är en aktivitet som elever i alla åldrar kan vara med i på lika villkor.