Strumpbyxebowling

Lekar - Rastverksamhet, Årskurs 4-6

Syfte

En lek där man skrattar tillsammans och alla ser vansinnigt roliga ut. Det är svårare än man tror och det är inte alltid vi vuxna har någon chans mot de yngre eleverna. Leken går fort och eleverna kan komma och gå under en rast.

Metod

Detta behöver ni:

- Två par strumpbyxor, vissa använder nylonstrumpor men vi köpte en tjockare variant.
- Två tennisbollar
- Tio små koner eller petflaskor med lite vatten eller sand i.
- Gatukrita

Så här gjorde vi

Vi stoppade in det ena benet på strumpbyxan i det andra och stoppade ner en tennisboll så att den hamnade vid tån på strumpbyxan. Vi markerade en startlinje med gatukrita och eleverna ställde sig bakom linjen. En elev blev startare och en ville hjälpa till att ställa upp konerna. De som stod först satte på sig strumpbyxorna på huvudet och böjde sig framåt, redo att starta.

På startsignalen så gick eleverna fram till sin första kon och slog ner den med hjälp av att gunga strumpbyxan fram och tillbaka mot konen. Först till fem vinner och nästa omgång kan starta.

Vi körde även en annan variant när vinnaren fick köra en gång till och möta en ny utmanare tills man blev besegrad och den andra eleven fick köra en gång till.

CC BY NC SA



Reflektioner från pedagoger

Vi hämtade rockringar att ställa konerna i när vi provat första gången. Det var då enklare för eleverna att ställa upp konerna på samma ställe innan nästa omgång. En annan gång använde vi gatukrita för att markera vart konerna skulle stå. Det är en rolig och snabb lek. Går enkelt att ta fram både på rasten och på fritidshemmet. Kul att yngre och äldre elever kan leka tillsammans på lika villkor.

Reflektion från elever

Den här leken lockar till många skratt. Eleverna gillar den här leken och önskar ofta den när vi frågar om önskelekar på rasten. De gillar att den går fort och de kan vara med även om de bara har en kort rast. Eleverna har även lånat lådan med sakerna till den här leken när de ska göra en lek tillsammans med klassen då den både fungerar ute och inne.

Lgr 11

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.