Waterpong

Lekar - Rastverksamhet, Årskurs 1-3

Syfte

En lek där ålder inte spelar någon roll och antalet deltagare kan vara allt från två till hur många som helst. Eleverna kan också komma och gå eftersom leken går fort och snart kan börja om igen.

Metod

Detta behöver ni: Muggar, pingisboll, vatten, sand eller sten.

Så här gör man

Man ställer upp muggarna i en formation som bowlingkäglor står under en omgång bowling. Sedan fyller man upp muggarna med något av ovan nämnda saker (vatten, sand eller sten). Detta för att muggarna inte ska blåsa iväg om aktiviteten sker utomhus. Aktiviteten går nu ut på att antingen studsa eller kasta pingisbollen i muggarna. När man prickar ställer man muggen åt sidan. Vi har kört matcherna i 2 minuter för att annars kan matcherna ta alldeles för lång tid. Den eleven som har prickat flest under minuten vinner. Skulle det vara lika så kör de vidare tills någon prickar en mugg först.

Reflektioner från pedagog

Det är lätt att ta fram materialet och går snabbt att utföra. Positivt är att eleverna lär sig fort och att man inte behöver vänta så länge på sin tur. Leken förenar över åldersgränser där de äldre kan hjälpa och förklara. Detta leder i att både självförtroende och självkänslan stärks.

Reflektioner från elever

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.

Lgr22

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.

CC BY NC SA