

Lekar till fortbildningen 4-5:e mars

1. **Hälsningslek.** Gör en begränsad yta med hjälp av 4 koner eller motsvarande där gruppen kan röra sig runt, men hela tiden stöter på varandra. Låt dem sedan hälsa på så många som möjligt. Bryt efter c:a 30 sek. och fråga vem som kan namnge flest personer. Låt den som hävdar det namnge personer högt. Upprepa en gång till
2. **Fingermatte.** Inom samma yta låter man sedan personerna i gruppen utmana varandra i "fingermatte". När två personer möter varandra räknar de 1-2-3 högt och på 3 ska båda visa valfritt antal fingrar. Den som snabbast räknar ihop antalet och säger det högt får ett poäng. Bryt efter 1 minut och kolla vem som fått flest poäng. Upprepa ev. en gång.
3. **Sten-sax-påse.** Samma som ovan, men istället för att visa fingrar kör man sten-sax-påse. Bryt efter en minut och kolla vem som vunnit flest gånger. När man sedan kör andra omgången får den som förlorar ställa sig bakom den som vann så att man till sist har två långa led och en final utförs av de två "mästarna".
4. **Räkna till 3.** Deltagarna delar in i 2 lika långa led. Leden ställer sig mitt emot varandra så varje person har en person i det andra ledet mitt framför sig. Sedan instruerar man dem att räkna till 3 tillsammans, men de får bara räkna varannan siffra. Således börjar personen i led A säga 1, personen i led B 2, led A 3, led B 1, o.s.v. För att öka svårighetsgraden kan man be dem öka hastigheten. Efter ett tag bryter man och byter ut siffran 1 mot en klapp. Vi får då att personen i led A klappar en gång, led B säger 2, led A säger 3, led B klapp, o.s.v. I nästa steg byter man ut siffra 2 mot ett hopp och i sista steget byter man ut siffra 3 mot siffra 2. Till slut ser det alltså ut så här: Led A – klapp, led B – hopp, led A – 2, led B – klapp, o.s.v.
5. **Sverige och europa.** Deltagarna står på två led med en halvmeters avstånd vända mot varandra. Sedan utser man ena ledet att vara Sverige medan det andra ledet är övriga europa. En mållinje sätts upp med koner c:a 5 meter bakom respektive led. Sen säger man en stad i Sverige eller övriga europa – ex. paris. Om staden ligger i övriga europa ska europaledet vända och springa så snabbt de kan förbi sin mållinje. Under tiden ska Sverigelaget försöka pjätta dem. Alla som blir pjättade innan de hinner till mållinjen går över till motståndarnas lag. Lagen ställer upp igen och en ny stad ropas av läraren.
6. **Vampyren.** Hela gruppen samlas på en ganska liten yta i ena hörnet av salen. Alla utrustas sedan med ögonbindlar (alternativt blundar i en grupp där detta fungerar). Eleverna ska sedan gå (sakta) med armarna utsträckta framför sig. Så fort de känner en annan deltagare ska båda försiktigt lägga fingrarna kring den andres hals. När båda sedan har detta greppet väntar de i 2 sekunder och om inget händer kan de släppa och leta vidare. Efter en liten stund viskar läraren till en av eleverna att den är vampyr. När vampyren sedan kopplar halsgreppet med någon skriker han/hon till och den drabbade eleven är nu biten vilket innebär att vi har två vampyrer. Om två vampyrer råkar stöta på varandra (båda skriker) blir de fria från förbannelsen och återgår till att vara "vanliga människor".

7. **Nyast.** Eleverna delas in i 2 lag och ställer sig på varsin sida av salen. En bänk ställs vid varje lag för att markera var spelplanen börjar. Så en elev från något lag kliver in på planen ropar denna högt och tydligt "nyast". Den nyaste eleven på plan kan alltid ta alla de som redan befinner sig på spelplanen från det andra laget. Det gäller alltså att hålla koll på vem som kom in tidigare än du själv gjorde för att pjätta dem. De man lyckas pjätta går över till det egna laget. Man kan när som helst springa tillbaka till sin egen sida för att starta om som "nyast".
8. **Fågelskådaren.** Alla elever samlas på en liten yta och sedan delas de in två och två. Den ena i paret blir fågelskådare och den andra fågel. Fågelskådarna blundar sedan och räknar till 10 medan fåglarna "gömmar" sig. Fågelskådaren ska hela tiden försöka hitta "sin" fågel och när den gjort det försöka fånga (pjätta) den. Så fort en fågel blivit pjättad byter man roller och den nya fågelskådaren blundar och räknar till 10. Från början tittar man som vanligt, men efter ett tag bryter man och fågelskådarna får nu endast använda sin "kikare" (dvs forma händerna kring ögonen som en kikare) att titta genom. Samtidigt får deltagarna i leken nu endast gå när de förflyttar sig. I sista svårighetsgraden ändrar man till en teleskopkikare (båda händerna formas till en lång kikare för ett öga) och nu får eleverna endast gå trampsteg genom att sätta den ena foten kloss framför den andra när de förflyttar sig.
9. **Dansk kubb.** Köp in några vanliga kubbspel och måla pinnarna i ändarna samt med ett streck i mitten i olika färger. Ingen pinne får ha samma färgkombination som någon annan pinne. Alla elever får sedan välja varsin pinne och ställa sig i en stor halvcirkel. Mitt i den tänkta cirkeln (eller någon meter längre bort) ställs sedan en tråkung från kubbspelet. En av eleverna utses till kungsvaktare och placeras 5 meter bakom kungen (sett från halvcirkeln av elever). Eleverna försöker sedan i turordning kasta omkull kungen enligt vanliga kubbsregler och så fort någon lyckas välta kungen rusar alla in för att hämta sin pinne. Kungsvaktaren ska samtidigt rusa in, ställa upp kungen och få tag på någon annan innan denna hinner tillbaka till sin plats med pinnen. Om kungsvaktaren får tag på någon blir denna elev den nya kungsvaktaren. Den elev som träffade kungen får 1 poäng. Spelet fortsätter sedan med den person som stod på tur att kast i halvcirkeln. Om ingen i halvcirkeln lyckats välta kungen rusar alla in när sista personen kastat sin pinne. Kungsvaktaren behöver då inte ställa upp kungen innan han/hon tar någon.
10. **Bollar i mitten.** Placera fyra bänkar som en kvadrat i mitten av salen. Ovansidan av bänkarna ska vara vända inåt mot kvadraten. Häll sedan i massor med bollar i olika former och storlekar i kvadraten och utse 2-3 elever som kliver in och sätter sig i bollhavet. På din signal ska sedan deltagarna inne i kvadraten ösa ut så många av bollarna som möjligt medan övriga deltagare ska samla in och lägga/kasta tillbaka bollarna i kvadraten. Efter ca 1,5 minuter stoppar man och kollar hur många bollar som finns kvar i kvadraten. Sedan frågar man om det finns några andra i gruppen som tror att de kan göra detta bättre och låter dessa försöka.

11. **Nervbanetryck.** Eleverna sitter på två led vända mot varandra. Alla i ledet ska hålla hand med de som de sitter bredvid. I ena änden av ledet placeras en nyckelknippa mitt emellan de två leden och sedan placerar sig läraren i andra änden av ledet. Läraren har en krona som han/hon singlar i luften och om kronan landar med krona uppåt ska eleverna skicka en signal genom att klämma handen på den som sitter bredvid. Signalen fortplantas genom hela ledet och när sista personen känner signalen får han/hon öppna sina ögon och ta nyckelknippan. Om klave kommer upp ska ingen signal skickas. Det led som först tar nyckelknippan (vid en korrekt signal) får ett poäng och eleven sätter sig på första platsen i sitt led (de övriga eleverna i ledet flyttar mot den tomma platsen vid nyckelknippan). Först till 5 poäng vinner.
12. **Memorystafett.** Eleverna delas in i 2 lag. Två likadana memory (c:a 16 brickor) läggs till varje lag och sedan för varje lag ställa upp sig på ett led c:a 15 meter från brickorna. En i taget springer sedan deltagarna i varje led och vänder på två brickor för att hitta korrekta par. Om eleven inte hittar ett par vänds brickorna tillbaka igen och nästa person i ledet får springa fram och försöka. Hittar man ett par får man springa tillbaka med detta och växla med nästa person. Det led som först får tag i alla paren vinner.
13. **Museileken.** Två tjockmattor läggs ovanpå varandra snett i ena hörnet av salen. På mattorna lägger man ut museiföremål (skatter) i form av ärtpåsar, koner, mm. Två elever (museivakter) placeras i hålet som uppstår mellan tjockmattorna och väggen. Övriga elever ges instruktioner att bygga upp gömställen med hjälp av det material som finns i hela salen så att de kan transportera sig från motsatt hörn ända fram till skatterna och tillbaka utan att vakterna ser dem. Läraren räknar sedan högt till 5 medan vakterna tittar in i väggen. På 5 vänder sig vakterna om och ser om de lyckas namnge var någon i klassen är. Gissar de rätt får den som blivit upptäckt starta om, men gissar de fel får vakterna vända sig om igen.
14. **Bonden och ogräset.** Alla elever utom en lägger sig i en stor cirkel på mage på golvet och krok armkrok med de som ligger bredvid. Den elev som står upp är bonde och ska försöka dra loss ett ogräs i taget från de andra. Viktigt att dra rakt ut från gruppen och fråga den man tänker dra loss om han/hon har några problem med knät eller annat. Så fort ett ogräs dragits loss helt från gruppen blir de eleven också bonde och kan hjälpa till att dra loss nya. Leken är slut när sista ogräset dragits loss.