

IDROTTELEKAR

1. Kurragömma. där eleverna själva skapar/bygger sitt "landskap av gömställen" med hjälp av lämplig utrustning. Då eleverna nästan är färdiga går läraren ut och blir meddelad när eleverna har byggt klart (styr så att det hela inte rinner iväg i tid) och de släcker då ner i lokalen. Läraren räknar förslagsvis till hundra, där hon/han meddelar "mellantider" och på hundra meddelar läraren eleverna att "nu kommer jag".... Läraren tar sig in och runt i salen på huk/knä, så att eleverna har en ordentlig chans. Antingen måste eleverna klara av att sitta still (fördel om man är tyst såklart) eller så får de röra sig, banan kommer att ta olika utformning beroende på vilket

2. Spökboll.

3. Svanskull. Alla deltagare får en "svans" (lekband som hänger från byxlinningen i bak) som är synlig och möjlig att rycka loss. En eller flera har ingen svans och de ska försöka jaga ifatt de med svans, rycka loss en svans som de då får sätta fast som sin egen svans. Ett alternativ är att alla har svans, alla försöker samla på sig så många svansar som möjligt av sina motståndare. Då man förlorar sin svans åker man ut ur leken (alternativt får en andra chans med en ny svans av sin idrottslärare). Den som har flest svansar då idrottsläraren bryter har vunnit.

4. Skeppsbrott. Eleverna får själva (med lärarens överblick) plocka fram utrustning i salen som möjliggör "inte nudda mark". Utrustningen behöver alltså placeras ut så att det är möjligt att ta sig runt hela banan, helst med flera valmöjligheter på olika ställen (genväger o.dyl.). När banan är färdigbyggd och godkänd av läraren provar (lär känna) eleverna den inför skeppsbrotten. Skeppsbrottet startar med att läraren roppar ut att skeppet gått på grund och vatten väller in över skeppet, hajar simmar omkring (golvet) och att alla måste hålla sig på skeppsdelarna (utrustningen). Efter ett tag kan en pirat komma in på skeppet (läraren) och jaga barnen för att sätta dem i fängelse (en förutbestämd plats) alternativt att den som blir tagen av piraten får byta med piraten och själv för jaga.

5. Tomtesmyg. Leken går ut på att från en viss linje förflytta sig fram emot en kamrat varje gång denne med ryggen åt kamraterna räknar t.ex. till fem, eller säger ordet "tomtesmyg" tydligt och lugnt. Vid fem (eller motsvarande) vänder sid den som räknat om och då gäller det för de "framryckande" att stå **absolut stilla**, annars får deltagaren börja om från början igen. När någon lyckats ta sig fram till den räknande (eller till en viss linje) och dunkar denne i ryggen börjar leken om igen. Denna gång med "dunkaren" som räknare och de övriga deltagarna på utgångslinjen.

6. Golden eye. Ett lag på vardera sida, en massa stora hinder på planen och ett antal lösa bollar i mitten som alla får kasta. Lagen skall erövra skatter från motståndarlaget sambandscentral och föra de till den egna utan att bli träffad av en boll. Blir man träffad av sätter man sig på bänken, när en annan från samma lag blir träffad och sätter sig på bänken blir man fri. Blir man träffad medan man bär på en skatt lägger man ned den där man är och alla får ta den. Flest skatter i slutet vinner.

7. Killerboll. Två bollar (mjukis), en var för pojkar och flickor. Den som har en boll (får ej gå med bollen) får kasta på vem som helst, den som blir träffad sätter sig på bänken tills:

1. Den som kastade ut eleven själv blir träffad av en boll, eller.

2. Ledaren ropar "julafton".

Kan också spelas med ett antal skydd (ex. plintar) utspridda i lokalen. Målet är att inte bli träffad och att kasta ut så många andra som möjligt. Man kan bestämma någon kroppsdel som alla får använda att skydda sig med (ex. huvud så siktas det inte där).

8. Jägarboll. En boll och en kullare med band, övriga utan. Kullaren, som ej får gå med bollen, kastar bollen på någon. Den som blir träffad hämtar ett band och blir också kullare, de får nu passa bollen till varandra och försöka träffa ej kullade elever. Målet är att bli träffad sist. Den sist träffade börjar nästa omgång som jägare. Kan efter en stund spelas med två bollar. Jägarboll kan även spelas på två planer. Två lag ex. ett rött och ett blått, och två planer, lika många röda och blå på båda planerna och en boll på varje plan. De med samma färg på planhalvan samarbetar och försöker träffa motståndarna med bollen. Blir man träffad av bollen går man över till den andra spelplanen och hjälper de med samma färg som en själv. Målet är att tömma den egna planhalvan på motståndare. Jägarboll i lag är en annan variant. Fyra till sex lag med lika många elever på varje lag. Det ena laget skall under två minuter försöka bränna så många som möjligt ur de andra lagen, de får ej gå med bollen. De som blir träffade går dock ej ur leken utan fortsätter att försöka undvika att bli träffad. Antalet träffade räknas efter två minuter och ett annat lag får vara jägare. Det lag som träffat flest motståndare när alla lag varit jägare vinner.

9. Tömman planhalvan. Två lag med varsin planhalva och en massa bollar (minst en per elev) på varje planhalva. På signal springer alla iväg och kastar, inte sparkar, över bollarna från den egna planhalvan till motståndarnas, en boll i taget. Det lag som först lyckats tömma sin planhalva eller har minst antal bollar kvar efter en viss tid har vunnit.

11. Pansarkull. Tre till fyra elever per grupp, alla grupper utom en ställer sig bakom varsin kortmatta. Gruppen som inte har en matta får en boll. Med den skall de försöka träffa någon av eleverna som står bakom mattorna, de får inte springa med bollen utan bara passa bollen till varandra. Grupperna med mattor får skydda sig med mattan, men de får inte sparka på bollen med mattan, inte tacklas med mattan och inte heller linda in sig i mattan eller liknande. När någon bakom en matta blir träffad av bollen släpper hela den gruppen mattan och de byter uppgift med de som varit kullare.

Jennie Karlsson, Ängslyckans skola, Bredaryd – www.lektion.se

12. Doppboll. Två lag, två planhalvor med ett målområde som avgränsas av en mållinje. Lagen passar bollen inom laget och försöker lägga bollen bakom motståndarnas mållinje. Man får inte gå med bollen eller rycka bollen av den som har den. När man fått en passning måste man doppa bollen i marken innan man får passa bollen vidare. Med äldre elever en tidsgräns på ex. tre sekunder som de får hålla i bollen. Flest mål vinner. Man kan använda sig av metoden vid ex. basket för att sänka hastigheten på spelet..

13. Springboll. Två lag med varsin planhalva och en tjockmatta på varje sida. I mitten finns en upp och ner vänd pallplint och bredvid den en boll. Varje lag utser en kung som ställer sig på tjockmattan på motståndarnas planhalva. Läraren slänger ut en boll som båda lagen skall försöka ta. Det lag som tar bollen skall genom att passa varandra, utan att gå med bollen (de andra försöker erövra bollen) och komma i ett läge där de kan passa sin kung. Om kungen inte lyckas ta lyra tar han bollen, vänder sig om och kastar ut bollen bakom sig och spelet fortsätter. Om han lyckas ta lyra ropar han "boll". Då är det en tävling mellan honom och den andra kungen. Övriga i lagen springer och lägger sig på den egna tjockmattan samtidigt som kungarna springer dit. När kungarna nått fram till mattan kliver de mellan (inte på) alla lagkamraterna och springer sedan mot pallplinten i mitten. Om kungen som fångat bollen lägger sin boll i pallplinten innan den andra kungen lagt i bollen som ligger bredvid får det laget en poäng. Om den andra kungen hinner först får det laget en poäng. Ingen får vara kung två gånger innan alla i laget varit kung en gång.

14. Varva laget. Samma uppställning som i brännboll, men inget trä, mjukboll används istället. Förste man i innelaget kastar eller slår ut bollen och springer sedan så fort han kan så många varv det går runt det egna laget och man räknar antalet varv. Ute laget fångar bollen och de ställer sig bredbent bakom eleven som fångat bollen. Bollen rullas sedan bakåt mellan allas ben och den som står sist springer med bollen och lägger den nedanför utslagslinjen. När det är gjort får innelagets löpare inte springa mer, han ställer sig sist i ledet och den som står först slår ut bollen igen och är sedan den som springer runt. När alla i innelaget sprungit en gång byter lagen uppgift. Det lag som lyckats springa flest varv när leken är slut vinner.

15. Småstjärnorna. Vanlig kull med fast kullare. Kullad går till en utplacerad bänk el.dyl. och ställer sig på den och mimar/dansar till musiken. När någon (ej kullad) ställer sig på knä och klappar händerna framför den kullade blir den kullade fri igen, bara en i taget kan bli befriad. Man får inte kulla någon som hjälper.

16. Ambulanskull. En eller två kullare och ett sjukhus (en tjockmatta) någonstans i salen. När någon blir kullad sätter den sig ned och väntar på ambulansen som består av minst två (helst fyra) elever som försiktigt bär den kullade till sjukhuset. När han ligger på mattan är han fri igen. Man får inte kulla någon i ambulansen.

17. Skottkärrekull. Som ambulanskull men kullad ställer sig i armböjställning och blir fri när någon kört skottkärren till verkstaden (mattan).

18. Tunnelkull. Fasta kullare, kullad ställer sig bredbent och blir fri igen om någon ej kullad kryper mellan benen.

19. Banankull. Kullad ställer sig som en böjd banan, blir fri när någon skalar bananen (drar ned armarna).

20. Ljuskull. Kullad ställer sig som ett ljus, blir fri när någon blåser ut ljusets låga.

Jennie Karlsson, Ängslyckans skola, Bredaryd – www.lektion.se

21. Stenkull/iskull. Kullad stelnar/fryser, blir fri blir fri när någon knackar/tinar.

22. Tunnelboll. Sex till sju elever per led med en meters lucka. Eleven längst fram rullar bollen bakåt mellan allas ben, siste man tar bollen dribblar slalom fram till första plats, rullar bollen bakåt o.s.v. Det lag som först hinner en viss sträcka eller när alla i laget har gjort en/två gånger vinner. Variera med att skicka bollen bakåt på olika sätt, över huvudet, varannan över/under m.m.

23. Närmast vinner. Två till tre lag, alla i lagen springer i turordning en viss sträcka och tiden tas för varje lag. Sedan springer de samma sträcka igen, det lag som tidsmässigt springer närmast den egna första tiden vinner.

24. Två och två. Klassen delas upp i tre grupper eller fler, eleverna springer parvis i turordning en viss sträcka. Det finns en massa olika varianter på hur de skall hålla i varandra, ex. armkrok, häst & kusk, panna mot panna m.m. Snabbast vinner.

26. Alla olika. Fyra lag eller fler uppställda som en vanlig stafett. Alla ska springa olika, ingen får springa likadant som någon annan i laget. Lagen får en minut att internt göra upp hur de skall springa. Snabbaste eller roligast vinner. Nästa gång får de inte springa som de gjorde första gången.

27. Plocka potatis. Fyra lag eller fler, framför varje lag ligger tre till fyra rockringar i rad och längst bort en upp och nedvänd pallplint. I varje rockring ligger en ärtpåse. Förste man i varje led springer och hämtar en ärtpåse i taget och lägger dem i pallplinten. När han är klar springer han och växlar med andre man som återplacerar ärtpåsar en i taget i rockringarna o.s.v.

Lag A Q Q Q II

Lag B Q Q Q II o.s.v. med flera lag.

28. Skostafett. Tre till fyra lag i varsitt led. Alla plockar av sig ena skon och dessa läggs i en stor hög en bit bort. Ettan i varje led hoppar på ett ben fram till högen, letar fram och tar på sig sin sko. Springer sedan ned och växlar med kamraten som står på tur.

29. Boboll inne. Samma uppställning som brännboll men innelager kastar/slår ut en mjukboll. I stället för att kasta till en brännare skall ute laget med bollen träffa eleven som springer runt banan. De får inte gå med bollen, de kan passa varandra. Har de inget läge att kasta på löparen kan de kasta bollen över utslagslinjen, då stannar löpare 1. Nr. 2 från innelaget kastar/slår då ut, på banan finns då två från innelaget. Blir man bränd ställer man sig sist i ledet. Det finns bara "frivarv" eller bränd, båda sakerna ger poäng. Lagen byter när alla i innelaget gjort en gång. Flest poäng i slutet vinner.

30. Ryssboll. Spelas som fotboll i smålag men bollen måste spelas längs marken med ena handen. Den andra handen stoppas i fickan/hålls bakom ryggen eller liknande. Mål görs ex. mot bänk. Höjdbollar = frislags åt motståndarna.

31. Blixtboll. Två lag, man får springa hur mycket som helst med bollen men när man blir kullad av en motståndare måste man stanna och passa en medspelare. Mål görs genom att lägga bollen bakom motståndarnas mållinje. Motståndarna kan endast erövra bollen när den passas. Kan försvåras genom att maximera antalet steg och/eller att passning måste ske bakåt.

32. Bolljakt. Fyra till sex spelare i två lag bildar en ring, se bild. Starta på varsin sida och Jennie Karlsson, Ängslyckans skola, Bredaryd – www.lektion.se passa inom laget bollen runt i ringen, försök att hinna ifatt motståndarnas boll.

33. Kapplöpningsboll. 10-15 elever bildar en stor ring med en till två meters avstånd. En av eleverna springer med bollen utanför ringen och hoppar in mellan två elever var han vill. Han passar bollen till eleven till vänster, bollen skall sedan passas ett helt varv. Eleven som stod till höger springer utanför ringen åt samma håll som bollen och försöker komma före bollen till sin plats igen. Hinner han fånga bollen är det han som startar nästa gång, hinner han inte är det samma elev som innan som startar igen. Alt. eleven till höger eller liknande.

34. Bänkhandboll. Lag med fem till sex elever, två lag möter varandra. En bänk placeras längst ned på varje planhalva, lagen utser varsin målvakt som ställer sig på bänken på motståndarnas planhalva. Man får ej gå utan måste passa bollen inom laget och försök att passa den egna målvakten, om han tar lyra är det mål. Motståndarna får bara bryta bollen när den passas, lyckas de är det deras tur att anfälla.

35. Kedjekull. Två kullare, när någon blivit kullad bildar de kedja, tar kullaren i hand, de två försöker kulla de andra. När kedjan består av fyra elever delas de upp i två par och fortsätter. De två sist kullade börjar nästa omgång som kullare.

36. Bollkull. En kullare med boll som ej får springa med bollen, den han träffar med bollen blir kullare. Kan utföras med pass ex. om ej kullad inte har någon fot i golvet.

37. Bollstå. Som bollkull men när kullaren tar bollen ropar han "stopp", alla elever måste då stå stilla och får ej flytta fötterna.

38. Trädslalom. Jämmt antal lag, två lag tävlar samtidigt mot varandra. Tre till fyra träd i rät linje markeras upp per bana. Lagen startar samtidigt från varsin sida av trädlinjen. Lagen möts på vägen så det gäller att de parerar varandra när de möts. Först klara när alla i laget sprungit vinner.

39. Plinten. Åtta elever per lag och alla lag har varsin plint (med lika många delar). Vid lekens start sitter alla på sin plint och på signal skall de två och två snabbt men försiktigt flytta plinten del för del till en anvisad plats, inget par får bära mer än en del åt gången. Sedan gäller det att snabbt sätta samman plinten igen del för del, hoppa upp och sätta sig på plinten igen och ropa "klart". Först klara vinner. Alternativa sätt att vinna kan vara; tystast, bästa bärtekniken (ergonomi) eller försiktigast.

40. Nummerkapplöpning. Eleverna står i ring med en meters lucka och de får en siffra mellan ett och fyra. När ledaren ropar en siffra skall alla som har den siffran springa ett varv medsols och sedan sätta sig ned på sin plats igen, den som hinner först vinner. Om de vill springa förbi någon sker detta på utsidan av den andre, utan att trängas. Kan varieras genom att ledaren berättar en historia där alla siffror ingår, de springer då när de hör sin siffra.

41. Nummerkappl. från bänk. Som nummerkapplöpning men eleverna sitter grensle på bänkar. Varje bänkgrupp indelas ett, två o.s.v. den som hinner först ger bänken en poäng.

42. Byta ärtpåse. Olika hinder, ex. plintar, bänkar m.m. placeras framför varje lag. Längst bort på banan läggs en rockring och i den en ärtpåse. Förste man i varje led har en ärtpåse i handen och skall på signal ta sig över alla hinder, byta ärtpåse (den som ligger i ringen) och sedan ta sig tillbaks över alla hinder. Växling sker genom att överlämna ärtpåsen till person nr. två som sedan upprepar processen o.s.v.

Jennie Karlsson, Ängslyckans skola, Bredaryd – www.lektion.se
Kan varieras genom att springa med ärtpåsen på huvudet.

43. Sura ägget. Grupper om 8-10 elever, varje grupp bildar en ring vända in mot mitten. En i varje grupp går utanför ringen med en stafettpinne. När han lägger pinnen bakom någon kamrat skall han springa ett varv runt ringen. Samtidigt springer kamraten ett varv åt andra hållet. Den som kommer sist till den tomma platsen är den som nästa omgång går runt med pinnen.

44. Rockringen (till musik). Alla med varsin rockring eller två och två med en rockring utspridda i salen. När musiken startar går/springer eller dansar de alla runt i salen, samtidigt tar läraren bort några rockringar. När läraren stänger av musiken skall alla så snabbt som möjligt ställa sig i en rockring. Efter ett par omgångar blir det svårt att få plats i ringarna och de måste då tillsammans komma på hur de skall få plats. Försök att alla ska få plats i en eller två rockringar.

45. Lita på. Fem till sex elever bildar en ring. En person står i mitten av ringen och blundar. När alla är beredda spänner den i mitten hela kroppen som en pinne och faller blundandes åt något håll. De i ringen tar försiktigt emot den som faller och stöter försiktigt in honom mot mitten igen. Försök få alla att våga stå i mitten.

46. Rulla stock. Fem till sex elever lägger sig tätt intill varandra på magen och en elev lägger sig som en stock på rygg tvärs över alla. De som ligger bredvid varandra rullar samtidigt åt det tänkta hållet (jmf med att flytta vikingabåt). När stocken rullat av de andra lägger han sig längst fram bredvid de andra och rullar även han, den som ligger sist lägger sig ovanpå som stock. Det lag som först hinner en viss sträcka eller när alla i laget har gjort en/två gånger vinner.

47. Elefanten och giraffen. Alla elever utom en bildar en ring, den ensamme står i mitten av ringen. Han går runt och pekar på valfri elev och säger antingen "elefant" eller "giraff". Den som han pekar på gör antingen en snabel eller en lång hals med armen. De som står intill honom på båda sidor gör antingen elefantöron eller böjer sig ner och visar långa ben. Den av de tre som är långsammast hamnar i mitten, den som är i mitten är enväldig domare. När de fått en viss snits kan en eller två elever till gå in i mitten.

48. Bygga staty. Jämnt antal grupper, fyra till fem elever per grupp. Grupperna jobbar i par, ena gruppen får två minuter på sig att bygga en mänsklig staty av sig själva. Den andra gruppen får sedan två minuter på sig att bygga en exakt likadan staty. När det är klart byter grupperna uppgift. Kan göras "på skoj" eller som tävling. Ledaren poängbedömer likheten och den grupp som härmade bäst vinner. Kan göras svårare genom att maximera antalet händer och fötter statyerna får ha i marken.

49. Vakna och häng med. Eleverna ligger avslappnade utspridda på golvet med slutna ögon. Ledaren går tyst och sakta runt och väcker en av de "sovande" eleverna med en lätt beröring. Den väckte tar ledaren i hand och följer därefter tyst och sakta med ledaren och väcker övriga en efter en. Använd gärna lugn och skön musik.

50. Gå och blunda. Två och två, en leder till musik sin blundande kamrat försiktigt runt i salen. Den som leder ansvarar för att ingen krockar med de andra. När musiken tystnar stannar paret och byter uppgift.

51. Gissa var. Som "gå och blunda" men när musiken tystnar skall den som blundar gissa var i salen han befinner sig.
Jennie Karlsson, Ångslyckans skola, Bredaryd – www.lektion.se

52. Kedjan. Eleverna fattar varandras händer och bildar en lång kedja. De två som står ytterst går i labyrinter mellan de andras armar tills alla är ihoptrasslade, ingen får släppa taget. Därefter skall de ta sig tillbaks utan att kedjan går sönder.

55. Skydda din svans. Alla elever har ett lekband fastsatt i byxan "där bak" och ett lekband runt halsen. Det gäller att försöka ta de andras lekband samtidigt som man skyddar det egna. Man får inte ställa sig mot en vägg, inte heller får man ta ett band av någon som håller på att stoppa in ett nytt band i byxan. Tar man ett band sätter man det runt halsen, blir man av med ett band tar man ett av de man har runt halsen och sätter fast i byxan. Om man inte har något band kvar gör man en "straff uppgift" och får sedan nya band av läraren. Flest band i slutet vinner.

56. Skydda din svans 2&2. Som ovan men de är två och två där en är huvud och den andre svans, svansen håller i huvudet hela tiden runt midjan och det är bara huvudet som kan rycka de andras svans.

57. Pepparkaksgubbe.

Alla elever utom två står två och två med armkrok i en stor ring. En av de två "fria" är katt den andre är råttan. Katten skall försöka kulla råttan, om hon lyckas blir hon råttan och råttan blir katt. Råttan kan komma undan genom att ta armkrok i en av de som står i ringen. Då måste eleven som håller armkrok på samma person släppa taget, för då blir nämligen han råttan. O.s.v.

58. Katt och råttan.

Alla elever utom två står i en stor ring med ca. en meters lucka. De "fria" är som i "pepparkaksgubbe", men här kommer råttan undan genom att ställa sig framför en person. Den han ställde sig framför blir då råttan, o.s.v.

59. Blinkleken.

En ensam elev, övriga bildar parvis en stor dubbelring där en i paret står framför den andre, den andre står bakom med händerna bakom ryggen. När den ensamme eleven blinkar med ögonen till någon av eleverna som står i innerringen skall denne försöka springa till den ensamme utan att bli tagen. Om eleven bakom lyckas lägga en hand på den i innerringen innan han sprungit iväg stannar den eleven kvar och den ensamme får göra ett nytt försök på någon annan. Om han bakom inte hinner lägga en hand på axeln är han den som skall blinka. Den som lyckades undan ställer sig bakom den som blinkade till honom.

60. Svarte man.

Alla elever utom en ställer vid ena väggen, den ensamme ställer sig i mitten av salen. När han ropar "vem är rädd för svarte man" svarar de övriga "inte jag". Sedan skall de försöka ta sig över till andra sidan utan att bli kullad av svarte man. När de kommer över stannar de kvar. De som blir kullade ställer sig i mitten och hjälper svarte man nästa omgång. Den som blir kullad sist börjar nästa omgång som svarte man.

61. Under hökens vingar

Som svarte man, men den i mitten står med ryggen mot de andra och ropar "under hökens vingar kom" och svarar "vilken färg. Den i mitten ropar en färg, den färgen är "pass" och alla som har den färgen får om de håller på den gå över till andra sidan och de får inte bli kullade.

Jennie Karlsson, Ängslyckans skola, Bredaryd – www.lektion.se

62. Trasan och hinken (fintfotboll).

Jämnt antal lag. Två lag möter varandra, de står ca. tio meter från varandra i varsina köer och mitt mellan lagen ligger en boll på en pallplint. Eleverna springer en i taget från varje lag och de skall försöka få över motståndarna på den egna sidan. Det finns två sätt:

1. Lyckas man ta bollen och springa ned över den egna linjen utan att bli kullad går motståndaren över.
2. Lyckas man kulla motståndaren om han har bollen går motståndaren över.

Bollen återplaceras och eleverna ställer sig sist i kön. Målet är att tömma motståndarnas led.

63. Bovjakt.

Fem till sex elever i klassen är poliser och skall fånga in (kulla) och leda tjuvarna (resten av klassen) till olika fångelser ex. plintar, bandymål eller liknande förbestämda saker i hörnen av salen. Mitt i salen kan det finnas ett pass där max. två elever i taget få befinna sig. Vid varje fångelse finns ett antal lekband, varje gång en tjuv hamnar i fångelset får han ett lekband. Man kan bli fri från fångelset om en fri bov kommer och "taggar". När alla band är slut eller när alla bovar sitter i fångelset utses nya poliser, företrädesvis bovarna med minst antal lekband.

64. Förstenad.

En elev står tio meter framför sina kamrater, övriga står på en lång linje. När den ensamme vänder sig om skall de övriga snabbt men försiktigt ta sig fram till denne och dunka honom i ryggen. När han säger "förstenad" och vänder sig om måste alla andra stå stilla som statyer, den som då rör sig får gå tillbaks till start linjen. Den som först hinner fram börjar nästa omgång. Variera med att ex. hoppa på ett ben.

65. Färgpromenad.

Som "förstenad" men de ropar ex. "alla men något rött tre små steg fram" första gången, andra kanske "alla med något brunt ett steg bakåt" o.s.v. Först fram blir utopare nästa omgång.

66. Farbror lejon.

Samma uppställning som i "svarte man", men den som står i mitten heter Farbror Lejon. De andra ropar "hur mycket är klockan farbror lejon" och får då till svar antingen:

1. Ett klockslag ex. "fem", de andra får då gå fem steg fram (utan att bli kullade).
2. "Lunchdags", då skall alla försöka ta sig över till andra sidan utan att bli kullade av farbror lejon.

Kullade hjälper nästa gång till som kullare.

67. Popcorn.

Två elever gör popcorn (är kullare) övriga är popcorn. Kullarna "häller" ut alla andra på en matta, sedan håller de på smör, saltar och lägger på locket och slutligen sätter han de i spisen. Då börjar alla popcorn att röra på sig på mattan mer och mer för att till slut poppa (stampar med fötterna). När kullarna säger att de lyfter av locket får alla popcorn springa iväg. Kullarna springer runt och äter upp (kullar) alla popcorn. När ett popcorn blivit uppätet sätter han sig på mattan igen. Sist kullade blir poppare nästa gång.

Jennie Karlsson, Ängslyckans skola, Bredaryd – www.lektion.se

68. Rodeo.

En kortmatta (ranch) placeras i varje hörna av salen och på varje matta ställer sig en elev (cowboy), övriga är boskap och de sprider ut sig i salen. På signal ger sig alla cowboys ut fånga in (kulla) ett av boskapen. Fångat boskap leds till ranchen och får stanna där. Flest infångade boskap vinner.

69. Panter.

Alla elever utom en eller två är villebråd och får två lekband som stoppas väl synligt innanför byxan "där bak", eleverna utan band är panter. Vid vardera kortsida markeras två bon. Pantern skall försöka fånga villebråden, rycka ett lekband. Villebråden försöker springa fram och tillbaks mellan bona utan att bli tagna av pantern. När man blivit av med båda sina band hjälper man pantern att fånga de andra. Sist kvar börjar som panter nästa gång.

70. Drak Ulla.

Den här leken passar nästan enbart till "lägsatadiet" då den kräver ett visst mått av spontan rörelseglädje.

I mitten av salen görs ett fängelse av ex två stycken kortmattor. I en ring, ca. tre meter från mattorna ställs allt material upp så att en hinderbana (bergsmassiv) bildas runt fängelset. Två till tre elever utses som väktare (Drakulla) och sex till åtta elever sätter sig i fängelset och börjar som blodbank. Resterande är fria och ställer sig på redskapen runt omkring. De sistnämnda skall sedan försöka att befria de som är blodbanker utan att bli kullade av drakulla. Det enda sätt man kan befria en blodbank är att springa in i fängelset, ta en blodbank i handen och tillsammans springa ut till friheten i bergen (redskapen). Den eller de som blir kullad av en drakulla sätter sig som blodbank. När de springer "i bergen" och landar på marken blir de självkullade och sätter sig därför i fängelset. Byt drakulla när fängelset är tomt eller när drakullorna börjar bli trötta.