

Tips på lekar till Notas Boll och Lek



Kullekar

Is och eld

En eller flera kullare (is) fryser de jagade till is och en (eld) kan tina upp dem. Isjägarna har en färg på västen och eldjägaren har en annan färg.

Plåsterkull

När man blir kullad måste man hålla ena handen på stället man blev kullad på. När man blir kullad för tredje gången blir man själv kullare ALTERNATIVT så får man komma till doktorn (ledaren) för att bli frisk igen och sedan kunna springa igen. Byt kullare efter viss tid.

Banantagen

Bananmonstret kullar. När man blir tagen blir man en banan och håller sina armar upp över huvudet. Man blir fri genom att någon annan skalar bananen dvs tar ned armarna.

Discokull

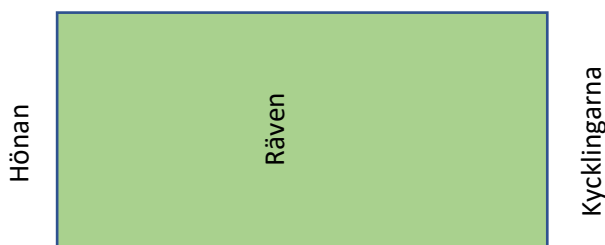
En jägare som kullar. Den som blir tagen måste dansa på stället, för att bli fri måste en kompis komma och ställa sig mitt emot och dansa likadant. Därefter får man springa igen.

Kom alla mina små kycklingar

Ett barn eller ledare blir höna och ropar: "Kom alla mina små kycklingar".

I mitten står en räv (ledare eller barn) som vill kulla alla övriga barn som nu är kycklingar.

Kycklingarna ska springa över till andra sidan utan att bli tagen av räven. Blir man tagen blir man också räv. Hönan springer över till andra sidan och ropar samma sak igen.



Övriga lekar

Samarbetslek: Tunnelboll:

Alla barn och ledare står på samma linje. Ledaren sparkar iväg bollen. Barnen ska springa fram till bollen, den första som kommer till bollen lyfter upp den och alla andra ställer sig bakom hen med benen brett isär. Sedan ska första personen rulla bollen mellan allas ben och den sista springer tillbaka med bollen till ledaren.

Fotbollslek:

Barnen springer runt inom ett begränsat område. När tränaren ropar en siffra stannar barnen och gör det siffran symboliserar.

Använd 1, 2, 3, 4 eller 5.

Förslag:

Ett – betyder att man stannar med en fot i marken.

Två – att man ska ha en fot och en hand i marken.

Tre – Rumpan på marken och en hand på bollen.

Fyra – Magen på bollen.

Fem – Håll bollen med händerna, sätt bollen på huvudet.

Barnen kan använda olika kroppsdelar – händer, fötter, bakdel, huvud, armbågar etc.

Stimulera barnens kreativitet.

Fotbollslek: Räkor och krabbor:

Hälften av spelarna är räkor. De har varsin boll och deras uppgift är att ta sig från den ena kortsidan till den andra. Den andra hälften av spelarna är krabbor. De ska gå i krabbställning och har som uppgift att ta räkornas bollar. Räkor som blir av med sin boll blir krabbor nästa omgång. Fortsätt tills alla blivit av med sin boll.