

Idræt, 1.-5. klasse  
Omfang: Varierende

# Sjove lege fra Tunesien

De danske KFUM-Spejdere har gennem mange år samarbejdet med den tunesiske spejderbevægelse 'Les Scouts Tunisiens' om at lære tunesiske børn selv at blive ledere – og gøre en forskel lokalt. Læs mere om samarbejdet med de 60.000 tunesiske spejdere på side 31 i lærervejledningen.

En del af spejderarbejdet handler både i Tunesien og i Danmark om at bevæge sig, samarbejde og have det sjovt.

KFUM-Spejderne har udvalgt en række bevægelsesaktiviteter, som også kan bruges i klassen.

## Inspiration til læringsmål

- Eleverne kan i grupper samarbejde om en leg/spil. De kan overholde regler i en leg eller et spil.

## Inspiration til tegn på læring

- Eleven samarbejder om at lege og overholder reglerne.

## Kompetencer og målpar

Kompetenceområder	Kompetencemål	Færdigheds- og vidensmål
<b>Idræt efter 2. klasse</b>		
Alsided idræts-udøvelse	Eleven kan deltage aktivt i basale, alsidige bevægelser i leg	<b>Boldbasis og boldspil 1:</b> Eleven kan modtage og aflevere boldtyper / Eleven har viden om grundlæggende kaste-, gribe- og sparketeknik
Idrætskultur og relationer	Eleven kan samarbejde om idrætslige aktiviteter og lege	<b>Samarbejde og ansvar 1-2:</b> Eleven kan samarbejde i par eller mindre grupper om idrætslege / Eleven har viden om samarbejds måder

## Aktiviteterne

### Hjertebold

#### Det skal I bruge:

- Bolde i forskellige størrelser

### Sådan gør I:

Dette er en boldleg, hvor det handler om at tænke hurtigt, holde hjertet i gang og hele tiden holde øje med boldene. Aktiviteten kræver koncentration og overblik.

1. Eleverne står i en rundkreds med ca. ½ meters mellemrum. Læreren leder øvelsen.
2. Først sendes en hjertebold rundt i urets retning. Hjertebolden skal hele tiden skifte hænder langsomt og roligt.
3. Når man modtager hjertebolden, går man ned i knæ, og idet man retter sig op, sendes bolden videre. Hjertebolden skal hele tiden have en pulslignende rytme, og den må ikke gå i stå.
4. Når hjertebolden cirkulerer roligt i kredsen, sendes trillebolden afsted.
5. Trillebolden skal trille fra elev til elev i gulvplan, men på kryds og tværs i rundkredsen. Man samler trillebolden op med hænderne og sender den videre.
6. Nu sendes bagombolden afsted mod uret og bagom ryggen.
7. Går hjertebolden i stå eller boldene får en forkert funktion, starter man forfra med at sende hjertebolden alene af sted. Derefter sendes de andre bolde af sted.

## Få gruppen til at fylde mindst/mest muligt

### Det skal I bruge:

- Kridt, tape eller andet til at markere områder.

### Sådan gør I:

1. Markér et mindre areal på gulvet (relativt i forhold til gruppens størrelse).
2. Eleverne skal forsøge at få alle gruppemedlemmer ind i det markerede areal. Her drejer det sig om at samarbejde, løfte hinanden, lave menneskepyramide eller lignende for kun at fylde det markerede areal.
3. Markér nu et stort areal (relativt i forhold til gruppens størrelse).
4. Eleverne skal nu forsøge at fylde så meget som muligt af det markerede areal ud. De kan lægge sig ned og strække sig ud i en "søstjerne". De skal dog hele tiden røre ved én eller flere af de andre elever.

## Kluddermor

### Sådan gør I:

1. Eleverne tager hinanden i hænderne i en stor cirkel.
2. Nu skal de blande sig og vikle sig mest muligt sammen på kryds og tværs ved at gå under hinandens arme, gennem hinandens ben og lignende – dog altid med hinanden i hænderne, så "cirklen" forbliver intakt.
3. En eller flere elever, som er blevet udpeget ved legens start, skal derefter vikle knuderne ud igen én for én ved at instruere eleverne i hele den sammenfildrede kæde, så gruppen igen ender med at stå med hinanden i hænderne i en cirkel. De må ikke slippe hinandens hænder undervejs.



## Rens vandet

Denne leg passer bedst udendørs, for lidt vandpjaskeri kan ikke undgås!

I de kolde måneder kan I variere legen, så tingene skal fiskes op med en grydeske e.l., så eleverne ikke skal stikke deres ærmer ned i vandet.

### Det skal I bruge:

- En spand/kar eller lignende.
- Vand.
- Forskellige ting til at "forurene" vandet: Småsten, plastikstykker, centicubes, etc.
- Evt grydeskeer e.l. til at fiske med.

### Sådan gør I:

1. Fyld spanden halvt eller trekvart med vand.
2. Sørg for, at de forskellige ting, som "forurener", har forskellig vægt, så der både er ting i toppen af spanden og ting, som gemmer sig på bunden.
3. Aktiviteten går ud på at rense vandet for alle de ting, som forurener det.
4. Aktiviteten kan udføres som stafet eller konkurrence mellem to hold på tid. En person ad gangen løber hen til spanden og fisker en ting op af spanden. Det hold, der har flest ting til sidst, vinder.

## Flyt nyheder ud fra storbyerne, så de fordeles i hele Tunesien

### Det skal I bruge:

- Gamle aviser, magasiner, blade, bøger, papir, eller lignende.
- Tape eller kridt til at markere områder.

### Sådan gør I:

1. Gruppen får en stak aviser m.m., som de nu skal fordele ud til et antal forskellige markerede områder i gymnastiksalen eller i skolegården. Aviserne m.v. skal fordeles ligeligt mellem de markerede områder.
2. En person må kun flytte én avis eller andet medie ad gangen til ét af de markerede områder. Legen kan struktureres på forskellige måder, eksempelvis at man ikke må bruge sine hænder, at man får bind for øjnene og skal guides af en anden person fra gruppen, at man skal hoppe på ét ben, etc. for at udfordre gruppen.
3. Der kan fordeles 'værdi' til forskellige materialer, så en avis er 3 point, en bog er 2 point, en enkelt side papir er 1 point, etc. På den måde skal eleverne også bruge lidt hovedregning for at finde ud af, om medierne er fordelt ligeligt.