

Övningen är hämtad från www.friluft.se där du själv kan bidra med övningar och inspireras av andra utomhuspedagoger.

Författare: Maria Svanberg

Skolår: F och uppåt

Så säger Lgr 11:

Skapande arbete och lek är väsentliga delar i det aktiva lärandet. Särskilt under de tidiga skolåren har leken stor betydelse för att eleverna ska tillägna sig kunskaper. Skolan ska sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen.

Material:

Plastband att märka upp träd med.

Förberedelser:

Hitta ett område där det finns tillräckligt många träd på en lagom stort område att springa och leka på.

Genomförande:

Då vi arbetar med ”tema Afrika” leker vi en lek med the big five. Leken är en blandning mellan ”fruktsallad” och ”ekorrar byter bo”.

Barnen blir tilldelade ett djur (the big five): elefant, buffel, noshörning, lejon, leopard.

Alla barn utom ett barn får varsitt plastband och ska nu gå och knyta bandet runt ett träd inom ett bestämt område och sedan stå kvar vid trädet.

Den som inte fick något band står sedan och ropar t ex ”Alla elefanter byter plats” då byter alla elefanter träd med varandra och den som ropade ska försöka ta ett träd.

Den som blir utan träd ropar nästa gång.

Den kanske ropar ”Alla bufflar och noshörningar byter plats.” Nu ska alla bufflar och noshörningar springa och byta träd.

Den som blir utan träd står och ropar nästa gång.

Man kan också ropa ”The big five byter plats” då ska alla springa och byta plats.