

Trykke fællesskaber i idræt

Tema:
Gamle lege

Læringsmål

Jeg kan lege sammen med andre, og jeg har viden om gamle lege.

Fælles mål

Idrætskultur og relationer (efter 5. klasse)

- Eleven kan deltage aktivt i idrættens kultur og fællesskab.

Idrætten i samfundet (fase 1)

- Eleven kan organisere nye og gamle idrætslege.
- Eleven har viden om nye og gamle idrætslege.



2 lektioner.

Baggrund

Legens historie går langt tilbage. Børn har altid leget og spejlet de voksnes verden. I gamle grave har man fx fundet forskellige slags legetøj ved siden af skeletter af børn og unge mennesker. Det har dog ikke kun været børnene, der legede. De voksne "legede" også. Mændene i vikingetiden dystede i tovtræk for at vise deres styrke, og grækerne dystede mod hinanden i fx løb, spring og kast i de antikke olympiske lege.

Sådan gør du:

Introduktion

Fortæl klassen, at de skal lege gamle lege. Lege, som deres forældre og bedsteforældre sikkert har leget, da de var børn.

Tal med eleverne om, hvad leg er, og at leg altid har fundet sted. Legene har selvfølgelig ændret sig gennem tiden, og legetøjet er ikke længere det samme. Men formålet med legene er det samme - en forening af sjov, læring og samvær.

I den type lege, som klassen skal lege, er der indtænkt bevægelse, så I forener samværet og den sjove oplevelse med fysisk aktivitet.

Opstartsøvelse

Tal med klassen om:

- Hvilke lege kender de, der er gamle?
- Hvorfor tror de/ved de, at de er gamle?
- Hvorfor tror de, at man stadig kender de lege og leger dem?
- Leger de nogle gange gamle lege i skolegården – fx med hinkesten?
- Hvad er forskellen på nye og gamle lege?

Du skal nu skabe en tryk ramme for legene. Sig, at formålet med legene er at have det sjovt samtidig med, at de bevæger kroppen. Alle elever skal tage hensyn til hinanden og passe på, at ingen kommer til skade. Derudover skal de være opmærksomme på, om de andre synes, det er en god leg. Særligt når man leger lege med konkurrence- og fangeelementer, kan man komme til at overskride hinandens grænser, fordi man bliver så optaget af konkurrencen.

OBS

- Du skal overveje nøje, hvilke elever du udvælger som fangere: Sørg for, at det hverken er de hurtigste eller langsomste, der starter med at være den, der fanger. Og vær opmærksom på, at det er forskellige elever i de tre lege.
- Tænk over, hvordan du kan støtte de elever, som kan have vanskeligt ved at lykkes med legene. Er der fx elever, som er fysisk eller motorisk udfordrede, som har brug for lidt ekstra hjælp og tryghed?
- Hav også øje for hvilken kultur, der er i klassen. Hvis klassen er præget af utryghed, mange konflikter eller en uhensigtsmæssig konkurrencekultur, skal du være ekstra opmærksom på, at du sætter rammen og styrer processen med blik for, at alle skal føle sig trygge.

Aktivitet 1 – Alle mine kyllinger kom hjem (10-15 min.)

Hele klassen er samlet. Vælg en elev, der skal være kyllingemor og en, der skal være ræv. Resten er kyllinger. I den ene ende af salen står alle kyllingerne på "det store frodige areal". I den anden ende står kyllingemor. I midten står ræven.

Så kalder kyllingemor sine kyllinger hjem: "Alle mine kyllinger kom hjem!"

Kyllingerne: "Vi tør ikke."

Kyllingemor: "Hvorfor?"

Kyllingerne: "Fordi ræven vil æde os."

Kyllingemor: "Så løb!"

Nu løber alle kyllingerne, men de skal forbi ræven, som skal forsøge at fange så mange som muligt. De kyllinger, der bliver fanget, bliver til ræve. Det bliver derfor sværere og sværere for kyllingerne at komme over til kyllingemor. I gentager legen, indtil ræven har fanget alle kyllingerne.

Den sidst fangne kylling bliver ræv næste gang.

Aktivitet 2 – To mand frem for en enke (10-15 minutter)

Inddel eleverne i makkerpar – undtagen én elev, som skal være 'enken'. Parrene stiller sig op på række en to og to. 'Enken' står for enden af rækken med ansigtet vendt mod de andre elever.

Enken råber: "To mand frem for en enke... løb!".

Det bagerste makkerpar i rækken løber til hver sin side op foran enken. For de to makkere gælder det om at blive genforenet (tage hinanden i hænderne), inden enken fanger en af dem.

Bliver de forenet, stiller de sig forrest i rækken, og den samme elev forbliver enke. Bliver den ene fanget af enken, så er der skabt et nyt makkerpar. Den tiloversblevne elev er ny enke. Legen kan fortsætte, så længe man har lyst.

OBS

- Du skal danne parrene, så de skaber størst mulig tryghed og engagement for eleverne. I aktiviteten er parrene afhængige af hinanden, og det kan være sårbart og demotiverende, hvis den ene makker bliver fanget. Du skal derfor overveje, hvordan du sammensætter parrene, så de bedst kan hjælpe hinanden og bakke hinanden op. Skal parrene fx matche hinanden i hurtighed, eller er der en pointe i, at en hurtig kan hjælpe en langsom? Det kan være forskelligt, hvad der er bedst for den enkelte elev.
- Det er vigtigt, at du sætter rammen for det gode makkerskab, så ingen bebrejder deres makker, hvis de bliver fanget. Vær også opmærksom på, at det kan være sårbart for 'enken', hvis han/hun ikke kan fange nogen.
- Der skal være et ulige antal deltagere i legen. Det kan løses ved, at du deltager/ikke deltager alt afhængig af, hvor mange elever der er i skole den dag.

Aktivitet 2 – Frugtsalat (10-15 minutter)

Alle eleverne skal stå i en rundkreds, så de kan nå hinanden. Du skal give hver elev et navn på en af fire frugter, som de kan være: æble, pære, banan eller appelsin. Vælg en elev til at være opråber.

Opråberen skal enten råbe ”banan”, ”pære”, ”æble” eller ”appelsin”. Nu skal alle de elever, der er den frugt, som bliver råbt op, bytte plads. Det vil sige, at fx alle bananer løber ind på midten og forsøger at finde en ny plads i rundkredsen. Men de skal skynde sig – for opråberen skal også forsøge at tage en plads.

Den elev, som ikke når at få en plads, er den nye opråber.

Bliver der råbt ”frugtsalat”, skal alle bytte plads.

Afslutning

Saml klassen og tal med eleverne om, hvad der gik godt ved legene. Hvornår var der tidspunkter, hvor det lykkedes at få legen til at fungere? Hvornår oplevede eleverne, at legen var så sjov, at de helt ”glemte”, at det var hårdt at løbe rundt? Hvordan gav legene en følelse af fællesskab og samvær?

Variation

Du kan overveje at fortsætte temaet om gamle lege de kommende undervisningsgange. Vær opmærksom på at vælge lege, der tilgodeser forskellige kompetencer, fx kondition, hurtighed, smidighed, koordinering og strategi. På den måde gør du undervisningen mere mangfoldig og giver flere elever mulighed for at lykkes. Det kan fx være at hinke, hoppe i elastik, sjippe, kluddermor.

Materialer:

- Der er ikke behov for materialer til de tre lege.
- Legene kan både foregå inde og ude.

Sådan lever undervisningen op til de fire pejlemærker for trygge fællesskaber i undervisningen

Et fælles "vi" for klassen

Det kan give en stærk fællesskabsfølelse at lave aktiviteter, hvor alle er med og har det sjovt samtidig med, at man bruger kroppen. Læg vægt på, at de elever, som af forskellige årsager er i periferien, får oplevelsen af at være en del af fællesskabet.

Legene kan dog også skabe utryghed og konflikter, så du skal sørge for at skabe en tryk ramme og styre legene gennem hele forløbet. Det kan være en god idé, at du deltager i aktiviteterne, hvis du kan, da du også er en vigtig medspiller i fællesskabsfølelsen

Når du efterfølgende taler med eleverne om, hvordan det føles at lege sammen alle sammen, kan det skabe fokus på, at fællesskabet er vigtigt for alle i klassen.

I kan også overveje at bruge legene som fælles aktivitet i frikvarterer engang i mellem.

At kunne bidrage og lykkes

Flere af legene forudsætter, at eleverne har en vis kondition og hurtighed. Legene har dog også roller, hvor det ikke er nødvendigt: kyllingemor og opråberen. Du giver alle elever de bedste forudsætninger for at bidrage og lykkes i undervisningen, når du nøje overvejer, hvilke elever du giver de forskellige roller i legene. Vær opmærksom på, at den samme rolle kan være en mulighed for at få succes for en elev og en risiko for ydmygelse for en anden.

Relevant, aktuel og meningsfuld for eleverne

Leg er afgørende for børns udvikling af sociale kompetencer og egenskaber som fantasi, virkelyst og kreativitet. Gennem leg lærer børnene sig selv, hinanden og deres respektive grænser at kende. De lærer, hvordan de kan være i relationer, og de får mulighed for at afprøve forskellige sider af sig selv.

Et mangfoldigt billede af samfundet

Du kan bruge undervisningen til at give eleverne en bevidsthed om, at legene er blevet leget gennem generationer af børn – deres egne forældre og bedsteforældre kender sikkert legene. Det kan være med til at give eleverne en følelse af at være en del af noget, der er større. Du kan også tale om, hvordan leg kan variere i forskellige kulturer.

Du kan bruge din undervisning til at udfordre normer om, at bestemte lege er forbeholdt bestemte elever – fx i kraft af deres køn, alder eller etnicitet. Og du kan sætte fokus på, at leg er en kreativ proces, hvor man kan lege, lige hvad man vil, blot man er opmærksom på, om dem man leger med også synes, det er rart og trygt.