

LEKAR OCH AKTIVITETER FRÅN OLIKA DELAR AV VÄRLDEN

– Hopplockat från olika tidigare material av Finska Missionssällskapet

Innehåll

Tillverka ett eget Latinamerikanskt instrument, marakasser	2
Gör en Nmibiansk leksak av en tom konserv- eller lemonadbuk	2
Gissa föremålet.....	2
Bestig världens högsta berg Himalaya i Nepal.....	3
Välja ord till samling	3
En springlek	4
Ormtjusaren	4
Ekorrbo	4
Afrikansk djurlek	5
Hav och land.....	5
Marmeladleken	5
Nago-flaskspelet	6
Sten, tyg och sax	6
Bollek (Song bon long takraa).....	8
Gömma knuten	9
Hunden och benen.....	9
En afrikansk stenlek.....	9
AFRIKA.....	10
Antilopjägarna	10
Herr Lejon	10
En lek från Thailand	11
Burkpyramid från Papua Nya Guinea	11
Papuansk trädnata	12
Grisrally	13
Bekantningslek	13
Att leda en blind	14
Kroppsstafett.....	14
Oxford och Cambridge.....	15
Från Bolivia	16
Halsduksleken	16

La Tula och några varianter av den.....	16
Det gömda bältet	16
Från Venezuela	17
Terremoto (jordbävning)	17

Tillverka ett eget Latinamerikanskt instrument, marakasser

Fyll t.ex. tomma yoghurt- / filburkar eller en tom ketshupflaska med små stenar, torra örter eller risgryn och tejpa ihop. Dekorera sedan marakasserna färgglada på utsidan. Rytminstrumentet är ett enkelt och trevligt tillägg till sångstunder.

Gör en Nmibiansk leksak av en tom konserv- eller lemonadburk

Fäst ett längre snöre i botten på burken genom att limma, tejpa fast eller göra ett hål i burken och sedan knyta fast snöret. I andra ändan av snöret fäster du en lemonadflaskas kork. Dekorera burken på utsidan genom att t.ex. limma på ett papper som utsmyckats och plastats med kontaktplast för att tåla slitage. Aktiviteten går ut på att hålla burken med en hand och försöka fånga korken in i burken. En tävling kan ordnas genom att ge varje enskild tävlarare eller varje tävlande lag ett visst antal försök och räkna vem som flest gånger lyckas få korken i burken.

Gissa föremålet

Samla olika saker, gärna också från olika länder, t.ex. mynt, makaroner, riskorn, kaffe, flagga, klädesplagg, potatisskalare, hammare, leksak, trådrulle, Deltagarna skall sitta i en ring med händerna bakom ryggen. Lekledaren lägger en sak i en deltagares hand. Genom att känna på det skall föremålet beskrivas för de övriga i gruppen så att de gissar vilket föremål det är frågan om.

Bestig världens högsta berg Himalaya i Nepal

Välj ut några frivilliga bergsbestigare, som får lämna rummet tillsammans med en ledare. Gruppen av deltagare som är kvar i rummet sprider nu ut önskat antal tomfiaskor (t.ex. 5st) på golvet. Be sedan en bergsbestigare med förbundna ögon ledas in av ledaren från det andra rummet. För att bestiga berget behövs hjälp och bergsbestigaren skall nu få råd av "publiken" för att kunna ta sig fram förbi tomflaskorna utan att stöta omkull dem.

Välja ord till samling

Välj ord så att det stöder den övriga verksamheten, temat för samlingen, lägret osv. Stava de önskade orden/det önskade ordet och skriv stavelserna på olika små papperslappar. Peta sedan in varje lapp i en uppblåst rund ballong. (et lönar sig att antingen fylla ballongen med luft en gång och släppa ut luften igen innan man petar in lappen. Varje tävlande lag behöver ett eget ord i egna ballonger. Ordet kan ända vara samma för alla för alla. Var noggrann med att inte blanda ihop de olika lagens ballonger.

Förslag på ord: omtänksamhet, kamratskap, vänlighet, hjälpsamhet, välsignelse, kyrkogång.

Lagen tävlar mot varandra i stafett. Ställ ballongerna en bit ifrån startlinjen tillsammans med motsvarande antal snören. Den första lag medlemmen springer fram till ballongerna och blåser upp en ballong knyter fast öppningen och återvänder till laget. Då alla ballonger är uppblåsta skall följande lagmedlem i tur spräcka en ballong och ta med sig lappen, som finns inuti, till laget. Då laget har alla lappar hos sig skall de sammanställa dem till ett ord. Det lag som först har bildat rätt ord är segrare.

En springlek

Området man leker på delas in i världsdelar; Afrika, Asien och Europa. Lekledaren ropar ut ett missionsfält och deltagarna skall springa till rätt världsdel. Den som kommer sist kan falla bort eller så fortsätter man tills ledaren avslutar leken. Ha gärna en världskarta till handa för att tillsammans kunna pricka in rätt läge för varje land efteråt. Detta speciellt om leken leks med miniorer och juniorer.

Länder där Finska Missionssällskapet arbetar:

AFRIKA: Namibia, Senegal, Tanzania

ASIEN: Thailand, Nepal

Europa: Israel, Frankrike, Estland, Ryssland

Ormtjusaren

Lekledaren ställer sig mitt på golvet och barnen ställer sig i ring runt på huk.

Ormtjusaren = lekledaren börjar spela blockflöjt och då börjar barnen resa sig svajande som ormar i musikens takt. Genast när musiken tystnar går barnen snabbt ner på huk igen och väntar på att musiken börjar spela. När man lekt på detta sätt några gånger kan man fortsätta så, att den som sist börjar röra på sig när musiken börjar spela eller den som ännu rör på sig efter att musiken tystnat faller bort. Den som blir sist kvar har vunnit.

Ekorrbö

Den här leken är känd på många håll i världen och du kan leka den på thaispråk om du vill. Deltagarna delas i grupper på tre barn. Två barn bildar boet genom att ta varandra i händerna och det tredje barnet är ekorren som ställer sig i boet. Lekledaren ropar: BO (lang, på thaispråk) då skall alla ekorrar finnas i boet. EKORRE (kalook) då springer

alla ekorrar ur boet och runt i salen. När ledaren ropar boet så söker alla sig ett nytt bo. Byt om så att alla barn får vara ekorrar en stund.

Afrikansk djurlek

Den här leken kan både mindre och större barn leka. Åt de mindre barnen ges ett kort med en bild av ett djur. Åt större barn räcker det med att man säger vilket djur barnet är. Barnen ställer sig parvis runt om i salen men en blir utan par. Ge ett djur åt varje barn så att de andra inte vet vem som är vad. Den som är parlös ropar nu: "Kan jag få en elefant till min vän!" varpå elefanten ställer sig bredvid den som var parlös och den som nu blev parlös ber någon bredvid sig osv. Man kan variera leken med att ta djur från olika delar av världen.

Hav och land

I denna lek från Venezuela delar man golvet eller spelplanen i två delar, den ena delen är "hav" (mar) och den andra delen "land" (tierra). Lekledaren ropar turvis mar och tierra och barnen skall byta plats eller bli på stället beroende på om ledaren ropar land eller hav. Den som gör fel faller bort och den som blir sist kvar har vunnit.

Marmeladleken

Den här leken är mycket populär i Venezuela. I vardera ändan av planen eller salen finns det ett "kylskåp". En deltagare ställer sig som "vakt" mitt på planen och de andra deltagarna är marmelader som ställer sig i de båda kylskåpen. Deltagarna kommer överens om vilken sorts marmelad de är. Sedan delar marmeladerna på sig så att det

finns av varje smak i båda kylskåpen. När “vakten” ropar apelsin så springer apelsinmarmeladerna över till det andra kylskåpet medan vakten försöker fånga dem. Den som blir fast faller bort ur leken. Den som blir sist kvar har vunnit och blir vakt nästa gång.

Nago-flaskspelet

Flaskspelet spelas på olika håll i Tanzania. Fyra barn kan delta i spelet samtidigt. Du behöver en boll en flaska och mycket sand. Barnen bildar två par. Ena paret får bollen, de ställer sig 5-10 m från varandra och det andra paret sätter sig på marken mellan dem. På given signal börjar det stående paret kasta bollen åt varandra tio gånger, medan det sittande paret försöker fylla flaskan med sand. Om det sittande paret inte hinner fylla flaskan töms den och de får försöka på nytt. Men om de hinner fylla flaskan före de andra har kastat bollen tio gånger, så vinner de och blir bollkastare. Man kan också tävla om poäng så att den som först hinner fylla flaskan eller kasta bollen tio gånger får en poäng och båda paren är bollkastare tre gånger. Den som får mest poäng vinner.

Sten, tyg och sax

Den här leken ser man ofta människor i Taiwan leka. Det är inte bara barn som leker den utan lika ofta ser man vuxna göra det. När vi räknar “Ole dole doft” för att avgöra vem som skall vara först så använder man denna lek på Taiwan för att gör det eller för att avgöra vem som skall betala restaurangnotan. Man måste lära sig tre handmärken för att kunna leka denna lek:

Två fingrar = Sax. Saxen vinner alltid över tyget för tyget kan klippas med en sax.

Öppen handflata = Tyg. Tyget vinner alltid över stenen för den kan lindas in i tyget.

Knytnäve = Sten. Stenen vinner alltid över saxen för man kan inte klippa stenen.

Man står parvis och så räknar man till tre på kinesiska, ii, ar, sän, och på sän visar båda samtidigt ett handmärke. Vinnare är den vars handmärke vinner över det andra. Märk att alla handmärken vinner ett och förlorar ett märke. Man kan också tävla tills någondera får fem poäng. Om man slår fram samma handmärke får ingen poäng.

Var är geten?

Denna lek från Tanzania börjar med att man delar in barnen i två lag. De två lagen sätter sig i rad mitt emot varandra. Det ena laget vänder ryggen till. At det andra laget ger man ett litet föremål, t.ex en plast get eller ett plast får eller en pärla som någon i laget gömmer bakom ryggen och de andra i laget sätter även sina händer bakom ryggen. Sedan får det andra laget vända om och fråga "Var finns geten?". Sen försöker nån gissa vem som har "geten" om han gissar rätt får laget ett poäng och de får gömma "geten" men om han gissar fel får det gömmande laget en poäng och de får fortsätta att gömma. När man slutar räknas poängen ihop och den som har mest poäng vinner.

Melonleken

Överallt i världen har barn hittat på olika lekar, för att ha roligt tillsammans. Ofta har leken något att göra med den omgivning som barnen själva lever i. Så också i Senegal där melonerna har gett upphov till en rolig lek. Det odlas mycket meloner i Senegal. Melonerna växer i långa revor längs marken. De sitter hårt fast ända tills de är mogna då de lossnar lätt från stjälken. Barnen tycker att melonslingan är rolig och har hittat på en lek som berättar om den. 4-10 barn kan delta i leken, som handlar om en jordbrukare och hans meloner. Ordet GUMBAI betyder ingenting speciellt, det är bara ett ord som barnen hittat på. Ordet NOOSEN betyder att ha roligt, att "tokas". Det är meningen att orden ska sägas rytmiskt Melonerna svarar i samma takt som jordbrukaren frågar. Barnen i Senegal leker den här leken hemma på gården eller på

gatan i mjuk sand. Här i Finland kan vi inte leka på gatan, så även får leka på gården eller i lekparken.

De tidigare missionärerna Ann-Catrin Österholm och Kaija Löytty har berättat för oss om den här leken:

Melonerna sitter på marken i en lång rad efter varandra och håller varandra om midjan. Jordbrukaren kryper runt dem i en stor ring och säger: GU-GU-GUMBAL. Melonerna svarar genast NOOSEEN GUMBAL. Det här upprepas några gånger och sedan stannar jordbrukaren och frågar: AR MELONEN MOGEN? Melonerna svarar: DEN ÄR INTE MOGEN! Jordbrukaren börjar krypa igen och upprepar ramsan med GU-GU-GUMBAL. Efter en stund stannar han och frågar igen: ÄR MELONEN MOGEN? Melonerna svarar den här gången: DRA LOSS DEN. DEN AR MOGEN! Jordbrukaren tar tag i fötterna på den som sitter främst i raden och börjar dra loss honom. Den bakersta melonen håtler stadigt tag och drar åt andra hållet. Till slut har jordbrukaren dragit loss den som sitter främst. Den mogna melonen stiger åt sidan och läser ramsan tillsammans med jordbrukare som börjar krypa kring melonerna på nytt: GU-GU-GUMBAL, melonerna svarar igen: NOOSEEN GUMBAL.

Leken fortsätter tills det finns bara en melon kvar. Om man vill börja om från början, blir den siste melonen jordbrukare och de andra meloner.

Bollek (Song bon long takraa)

Till denna lek från Thailand behöver du en boll och en korg. De medverkande ställer sig i en stor ring runt korgen. Lekledaren säger någons namn t.ex Lisa och så kastar han bollen åt Lisa. Sen säger lekledaren t.ex Lasse och Lisa kastar bollen åt Lasse. Lekledaren säger Stina och Lasse kastar åt Stina. Om lekledaren sen säger Korgen så kastar Stina bollen i korgen och då blir hon lekledare.

Gömma knuten

Det här är en populär pakistansk lek, som även papporna och mammorna har lekt som barn. Ofta samlas de vuxna kring de lekande barnen för att titta på och skratta. Leken kan ha 5-20 deltagare. Deltagarna sitter på huk i en ring med slutna ögon och ansiktena vända in mot ringen. En av deltagarna går runt ringen på utsidan. Samtidigt ropar han: "Jag har gömt knuten, jag har gömt knuten." Han kan gå runt ringen 2-3 gånger och medan han går lägger han ner duken bakom någon som sitter i ringen. Sedan börjar han springa allt vad han orkar. De som sitter i ringen får titta bakom sig när den som har duken har gått förbi. Om någon märker att duken är bakom honom, nappar han den åt sig och börjar jaga den springande och ropar: "Jag har hittat knuten, jag har hittat knuten." Om den som tar upp jakten hinner upp den bortspringande och slår honom med knuten innan denne hunnit sätta sig på förföljarens plats i ringen, har han klarat sig. Om inte, blir förföljaren den som nu skall gömma knuten. Om någon av deltagarna inte märker att han har duken bakom sig, får den som gömt duken slå honom med knuten nästa gång han går förbi och så är han ute ur spelet. I det här fallet fortsätter samma person att gömma duken.

Hunden och benen

Dela in lekdeltagarna i två lika stora lag. Rita varsitt bo åt båda lagen. På mitten av spelplanen ritas du ett fält där du fäller ner stenar eller klädnypor fyra gånger antalet lekdeltagare. Deltagarna ställer sig i sina egna bon. På givet tecken springer hundarna på alla fyra och hämtar ETT "ben" åt gången till sitt bo så länge det finns ben kvar. När leken är slut, räknar deltagarna sina ben.

En afrikansk stenlek

De små stenarna göms i en mjuk sandhög, inte för djupt. Alla får i tur och ordning slå

på sandhögen med den stora stenen. Den som slagit med stenen får plocka åt sig de stenar som kommer fram. Leken fortsätter tills lekdeltagarna har hittat alla stenar. Den som fått flest stenar har vunnit. Stenarna göms än en gång i sanden och leken kan fortsätta. Samma lek kan lekas på vintern med mjuk snö. I stället för stenar kan man använda träklossar.

AFRIKA

Antilopjägarna

En av deltagarna väljs till antilop, alla andra är jägare. Jägarna ställer sig i en cirkel och håller varandra i handen, antilopen är mitt i cirkeln. Antilopen försöker komma ut från jägarnas cirkel och när den lyckas springer alla efter den tills de får fast den. När antilopen blir fångad, blir den en av jägarna i cirkeln och den som fick fast honom blir antilop.

Herr Lejon

Ett av barnen är Herr Lejon. De andra står i andra ändan av rummet/sportplanen/gräsmattan, mitt emot Herr Lejon. Deltagarna ropar tillsammans: Vad är klockan, Herr Lejon? Lejonet svarar: Det är för tidigt. Efter att man har frågat några gånger svarar lejonet: "NU!" Då börjar de andra springa mot lejonet. Lejonet försöker ta fast de andra och de som han får fast blir fångar. Både lejonet och de andra deltagarna får bara springa åt ett håll, framåt. Lejonet får inte svänga runt och springa tillbaka till startpunkten.

Leken fortsätter tills alla har blivit fast. Om lejonet inte fått fast någon efter tre omgångar, är lejonet sjukt och man väljer ett nytt lejon. Om lejonet är för skickligt, måste han få fast tre deltagare varje gång.

ASIEN

En lek från Thailand

Leken "Sten, papper, sax" är känd i hela världen. Man brukar använda handtecken. Men tänk om man skulle använda hela kroppen! I Mekong - området leker man den på det här sättet:

Deltagarna delas i två grupper. Inom gruppen kommer man överens vad man ska föreställa, och alla i gruppen gör samma sak. Alternativen är vacker flicka, munk och spöke. Den vackra flickan skrämmer/vinner över munken, munken vinner över spöket och spöket över vackra flickan. T ex om grupp A spelar munk och grupp B spöke, vinner A.

Man använder hela kroppen för att visa symbolen: om man ska vara den vackra flickan ska man föreställa en vacker flicka (kokettera eller flirta). En munk ska stå rak med händerna i wai - ställningen (man placerar händerna på brösthöjd med handflatorna mot varandra och fingrarna uppåt). Spöket lyfter spökaktigt upp händerna och säger "Böö". Man leker leken flera gånger och räknar hur många gånger de olika lagen vinner.

Burkpyramid från Papua Nya Guinea

Det finns två lag, brännare och staplare. Man behöver också en boll, som är mjuk men lätta att kasta. I Papua - Nya Guinea lagar barnen ofta bollen själva: ett tungt frö eller en liten sten lindas in i en mjuk tygbit – t ex en gammal t - skjorta eller platspåsar är bra material för en mjuk boll. Dessutom behövs 10 eller 15 burkar som kan staplas på varandra. Använda plåt - , plast - eller paffburkar går bra. Med plåtburkar måste man kolla att man inte kan skära sig på kanterna. Till spelplan passar ett jämnt fält där man ryms att springa.

Man börjar spelet med att stapla burkarna till en pyramid. Brännarnas lag har tre försök att kasta boll från ett överenskommet avstånd för att fälla pyramiden. När den faller, lämnar man burkarna där och börjar det egentliga spelet. Brännarnas uppgift är

att kasta den mjuka bollen på staplarna för att bränna dem och hindra dem från att bygga burkpyramiden färdig. Den som blir träffad av bollen hamnar ut ur leken och måste vänta på sidan tills spelet är slut. Det är inte meningen att fälla hela burkpyramiden på en gång. Om den ändå faller, håller man en paus i spelet för att bygga upp den igen. Sedan fortsätter spelet. Staplarna försöker undvika att bli träffade av brännarnas boll och samtidigt staplar de burkarna till en pyramid. Om man har 10 burkar har man 4 i bottenraden och på följande rad 3 burkar, sedan 2 och sedan 1. När det finns 15 burkar blir det 5 - 4 - 3 - 2 - 1. Den mest centrala rollen har "huvudbrännaren", dvs den som kastar bäst. Han ställer sig i mitten av ringen, nära platsen där burkarna staplas. Han kan bränna staplarna själv eller serva till sina lagmedlemmar om de står på bra platser. Alla andra, också staplarna, står i en lös cirkelformation runt centrum, men lagen ska inte blandas. Staplarna står i en grupp i en fjärdedels cirkel och brännarna på de övriga platserna i cirkeln. Staplarna försöker rusa till mitten av ringen för att föra sin burk till stapeln. Bara en eller två kan bygga samtidigt. Andra lagmedlemmar hejar ivrigt på sina lagkompisar med att ropa.

Om staplarna får sin pyramid klar vinner de. Om brännarna lyckas bränna hela staplarlaget så vinner de. Sedan byter man roller. Man kan leka t ex "två segrar av tre" eller "vilket lag vinner först 5 gånger".

Papuansk trädnata

Man behöver två lag på 3–5 personer och för båda lagen ett eget skyddsträd eller en påle på motsatta sidor av spelplanen. Om deltagarna inte känner varandra från förr, kan det ena lagets medlemmar ha en duk runt halsen eller armen.

Deltagarna samlas i en grupp i mitten av spelplanen, lagen står mittemot varandra på ca 1,5 meters avstånd. Man drar långsticka om vilket lag som först blir fångare. Leken börjar, då ledaren för fångarlaget klappar en gång i händerna eller ropar: "hep!" Det flyende lagets medlemmar försöker komma till sitt skyddsträd utan att fångarna får fast dem. Fångarna gör allt de kan för att ta fast dem som flyr eller åtminstone hindra dem att komma i säkerhet till sitt träd. När man springer lönar det sig att kurva och

slingra sig så mycket som möjligt. För varje medlem som har kommit fram till skyddsträdet får det flyende laget ett poäng.

Om man får fast någon i det flyende laget, ropar han hårt: "FAST!" Då byter man roller. Före detta "möss" får jaga före detta "katter" som nu flyr till sitt eget skyddsträd allt vad de hinner. Om alla ursprungliga "möss" kommer fram till sitt eget skyddsträd, vinner de direkt och kan bli katter på nästa varv. Men om "katterna" genast får fast alla "möss", börjar de också det nya varvet som "katter". Det här är ändå sällsynta fall. Vanligen räknas poängen enligt hur många enskilda spelare som blivit fast, d.v.s vid rollbytet. Eller så ids man inte alls räkna poäng, utan bara njuter av att springa omkring.

EUROPA

Lekar från Estland

Grisrally

Deltagarna sitter i en ring på stolar. Lekledaren frågar om alla vet hur en gris låter. Inte nöf nöf, utan man andas in och skapar "riktigare"grisljud i svalget. När man har övat några gånger sätter lekledaren grisen att springa, d.v.s säger åt den som sitter på hans vänstra sida "rrrrhhhh". Denna fortsätter till följande och budet går vidare medsols, d.v.s "grisen springer" när ljudet görs av nästa deltagare. När man har övat ett varv, låter lekledaren Formeln - bilen starta. Formel - bilens ljud är "viuuu" kombinerad med en snabb rörelse med huvudet från höger till vänster. Man övar också det här ett varv. Sedan börjar man på riktigt. Lekledaren sätter först grisen att springa, och när grisen har hunnit halvvägs i cirkeln skickar lekledaren iväg Formel - bilen. Båda ljuden går hela tiden framåt i ringen och målet är att Formel - bilen får fast grisen. När det händer tar leken slut.

Bekantningslek

Deltagarna sitter i en ring på stolar. Först övar man rytmen: Två klappningar med händerna på knäna och sedan slår man ihop händerna (knän - knän - händer). När

rytmen är klar funderar var och en ut en rörelse, som kombineras med ett ljud och som man hinner göra medan man slår ihop händerna. Till exempel rör man näsan med fingret och säger "tööt". Sedan kommer första varvet: Man klappar rytmen knän - knän - händer hela tiden, och var och en gör turvis sin egen rörelse och sitt eget ljud. På andra varvet gör den första deltagaren sin rörelse och alla andra följer efter: knän - knän - tööt! knän - knän - tööt! Och sedan följande deltagare. Så gör man ett varv. Sedan börjar den egentliga leken. Lekledaren gör först sin egen rörelse, sedan någon annans: knän - knän - egenrörelse, knän - knän - någonannansrörelse. Sedan går turen till den vars rörelse just har gjorts. Han gör knän - knän - egenrörelse, sedan knän - knän - någon annans rörelse. På det här sättet hoppar turen från den ena till den andra i slumpmässig ordning. Om någon gör fel rörelse eller blir förvirrad eller glömmer att göra någon rörelse, faller han ur leken. Han lämnar ändå inte cirkeln, utan fortsätter att klappa grundrytmen(knän - knän - händer). Alla andra håller också på och klappar grundrytmen. Den som är med längst vinner.

Att leda en blind

Det här är både en lek och en lyssningsövning. Deltagarna placerar sig längs två väggar i ett rum. Lekledaren sprider ut A4 - papper i mitten av golvet i slumpmässig ordning. En i taget är frivillig. Han ställer sig i ena ändan av rummet och får ögonen förbundna. Sedan pekar lekledaren på en av deltagarna, som blir den blindes skyddsängel. Det är hans uppgift att leda den blinde till andra ändan av rummet så att han inte trampar på ett enda papper. Han får ändå inte gå bredvid den blinde, utan måste ropa sina instruktioner bland de andras. De andras uppgift är att göra den blinde förvirrad och ge honom fel instruktioner. Den blinde försöker urskilja den riktiga rösten, som det lönar sig att lyssna på. Om den blinde trampar på ett papper, avbryts hans resa och en annan väljs till frivillig och skyddsängel.

Kroppsstafett

Deltagarna delas in i två lag. Lagen ställer sig i led så att medlemmarna står efter varandra. De första står framför ett bord, där det finns fyra kort i olika färger: rött, grönt, blått och gult. Lekledaren står med dem som är sist i kön. Han har likadana

färgkort. Man förklarar för alla att korten betyder följande:

Rött = huvudet

Grönt = högra axeln

Gult = vänstra axeln

Blått = ryggen

När alla har hört färgerna, står man i led så att alla tittar på ryggen på den som står framför. Lekledaren visar ett kort för dem som står sist i leden så att båda ser det samtidigt. Om han visat det gula kortet, klappar de den som står framför på vänstra axeln. Han ger budet vidare och följande fortsätter. När budet kommer till den som står längst fram, tar han det gula kortet från bordet och lyfter upp det. Om han kommer först och kortet har rätt färg får laget ett poäng. Sedan byter den första i kön plats så att han blir sist i kön. Man kan leka till ett visst antal poäng, eller så länge att alla får vara längst framme en gång. Det lag som får mest poäng vinner.

Oxford och Cambridge

Man behöver två lag och ett passligt antal lagmedlemmar är 5 - 8. Det ena laget är Oxford och det andra är Cambridge. Lekledaren har på förhand gömt fem gula och fem röda papperslappar på lekområdet, så att minst ett hörn syns. Man bestämmer mitten av lekområdet och vilket lag som söker gula och vilket röda lappar. När lekledaren säger "nu!", springer alla iväg för att söka lappar. När någon hittar rätt färgs lapp, börjar han ropa namnet på sitt lag (t.ex: oxford,oxford...) och springer samtidigt mot mitten. Alla andra lagmedlemmar springer också dit. När alla i laget är på plats sätter de sig ner efter varandra liksom i en lång roddbåt och ror 10 roddtag samtidigt som de räknar högt till 10. När man har rott, rusar man iväg för att söka nya lappar i sitt lags färg. Om man hittar två lappar på en gång ror man 20 tag o.s.v. Obs! Man får inte börja ro förrän alla lagmedlemmar sitter i "båten"! Den här leken har sin grund i roddtävlingen mellan engelska universitet.

LATINAMERIKA

Från Bolivia

Halsduksleken

Deltagarna bildar 4 lag. Dessa sätter sig på golvet i form av ett kors så att varje lag bildar en kö med ansiktena mot mitten av korset. Den som börjar leken går runt korset och låter till slut en halsduk falla bakom den som sitter sist i något av lagen, och börjar sedan springa runt korset. Då måste alla i det laget snabbt stiga upp och springa runt korset åt samma håll som den som fällde halsduken. Den som kommer sist till sin plats ska gå runt korset och tappa halsduken nästa gång.

La Tula och några varianter av den

"La Tula" är den bolivianska versionen av nata (hippa, kull). Utom de mest kända versionerna kan man leka till exempel **skuggnata** på soliga dagar. Det räcker då att fångaren eller "La Tula" stampar på skuggan av den som han jagar. **Vattenpölsnata** (ta på gummistövlar, i vattenpöslarna är du i säkerhet), **Klätternata**, då bara den som inte rör vid marken är i säkerhet eller **Hattnata**, då fångaren måste sätta hatten på den han jagar och fångat. Man kan också själv hitta på nya versioner. Det som är gemensamt är att man ropar "Tula!" istället för fångad/fasttagen. Och att man inte genast får ta fast den som just var fångad.

Det gömda bältet

I början av leken kommer man överens om ett ställe där man är i säkerhet. Man väljer en deltagare t ex med hjälp av en ramsa. Den utvalda gömmer ett bälte (eller en halsduk eller ett rep) på ett överenskommet område. De andra börjar söka bältet och den som har gömt det kan ge vinkar, till exempel "kallt, varmt, hett". När någon hittar bältet, börjar han jaga de andra. Han kan försiktigt slå de andras ben eller binda deras händer om han får fast dem. Men poängen är att alla skrikande springer till det säkra stället så fort de kan. Också den som man har fått fast eller bundit händerna på kan försöka att med hjälp av andra ta sig till det säkra stället, där han blir befriad. Den som har hittat bältet får gömma det nästa gång. OBS! Om man använder ett riktigt bälte, får man INTE slå andra med spännet.

Om man vill öka spänningen kan den som gömmer bältet lura de andra t ex genom att gömma bältet först under sin skjorta, för att komma nära de andra innan han börjar jaga dem och piska dem på benen.

Från Venezuela

Terremoto (jordbävning)

Lek för ca 13 - 30 deltagare. En av deltagarna står i mitten, resten bildar grupper på tre personer. I varje grupp bildar två personer ett "hus" genom att står mittemot varandra med lyfta armar som tak. En hukar sig däremellan som husets "invånare". Mellan grupperna måste man lämna några meter utrymme. Den som blivit i mitten ropar någon av följande order och försöker få någon annans plats medan alla springer runt. Den som har blivit utan plats får ropa nästa order. Man bildar alltid grupper på tre personer.

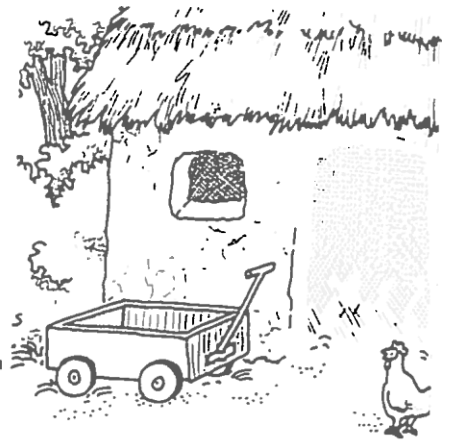
"HUSEN!" (Casas), då väggarna i alla "hus" rasar och deltagarna bildar nya hus tillsammans med någon annan runt en ny "invånare" på huk. (Obs! Man får inte gå till grannhuset.)

"INVÅNARNA" (Inquilinos), då hålls huset på plats men "invånarna" byter plats i husen. (Obs! Man får inte gå till grannhuset.)

"JORDBÄVNING!" (Terremoto), då alla byter plats i stil med leken Fruktkompott. Den som inte hittar hus eller invånare blir den som ropar följande gång.



Gakemopi kan inte gå.



Gakemopi tittar ut från lerhyddan. Solen gassar och hon följer med hur aporna leker i träden vid skogsbrynet. Åsnorna, korna och getterna ligger i gräset och idisslar.

Hoppas att att Jefri och Stil kommer snart, suckar Gakemopi. Det är mycket roligare när bröderna är hemma. De lyfter mig och sitta och leker med mej eller för mej ut på en åktur i kärran.

Gakemopi bor i en lerhydda i Botswana i hetaste Afrika. Det är lergolv i hyddan och väggarna är av träd och lera. När det regnar smattra regnet så hårt mot plåttaket att man tror att öronen skall spricka.

Från morgon till kväll ligger Gakemopi på sin matta på golvet för hon kan inte gå.

När Gakemopi var fyra år gammal sprang och lekte hon tillsammans med de andra barnen. Men så en dag blev hon sjuk, hon fick hög feber och efter några dagar så blev hon så svag att hon inte orkade gå eller sitta. Så småningom gick febern över men Gakemopi blev förlamad.

En höstdag kom det en främling till byn, Gakemopi tyckte att kvinnan såg lustig ut när hon hade alldeles ljus hy och ljust rakt hår.

"Har ni det bra" frågade kvinnan när hon kom in i hyddan.

"Ja vi har det bra" svarade mamma "utom Gakemopi förstås".

Mamma berättade för gästen om Gakemopi och om hur orolig hon var för hennes framtid. Vi skall se vad vi kan göra sa kvinnan. Jag är nämligen sjuksköterska och jag jobbar på missionens sjukhus. Pappa förde Gakemopi till sjukhuset där hon blev undersökt av läkare. Hjälpen kom tyvärr försent den här gången, det gick inte att bota Gakemopi men med hjälp av gymnastikprogram kan hon bli mycket bättre och det finns många saker hon kan lära sig.

Den finländska sjuksköterskan skaffade en kärra åt Gakemopi som man kan dra henne i och på det sättet slapp hon till och med till kyrkan om söndagarna. "Det här är min bil" sa hon strålade av glädje när bröderna drog henne runt i byn.

En gång kom den finländska sjuksköterskan och hämtade Gakemopi till ett läger. Där fanns många handikappade. En var blind, en kunde inte tala, en haltade illa och en hade alldeles krokiga händer. Där fanns pojkar och flickor, kvinnor och män ja till och med en gammal farbror.

Gymnastiken tyckte Gakemopi allra mest om för där lärde hon sig rulla sig själv i sanden. Oj vad hon skrattade förtjust när hon rulla runt så att mamma också började skratta.

"Mamma kan vi inte öva att skriva bokstäver hemma" frågade Gakemopi på hemvägen.

Hon var överlycklig för hon hade fått en docka som barnen från Finland skickat som hon nu höll ömt i famnen.

"Vet du vad mamma jag tycker att dagarna går mycket fortare nu än förr. Jag har fått så många nya vänner. När får jag fara på läger igen och när är det söndag så att vi kan gå till kyrkan . Kan vi inte ta pappa med på läger nästa gång?"

Diskussion

Vad behöver Gakemopi hjälp med?
 Hur hjälpte familjen henne?
 Vad var Gakemopi glad för?
 Hur skötte man henne?
 Hur rörde hon sig?

Barn har lätt för att sätta sig in i hur det känns för andra och pratar gärna om och lever sig in i handikappades situation. Om man inte tar vara på detta kan barnens naturliga känsla för empati bli outvecklad.

För att barnen skall förstå att andra är olika måste de känna sin egen kropp och hur den fungerar.

Övningar

De två följande övningarna är till för att barnen skall få öva sig att behärska sin kropp och förstå hur det är att vara handikappad.

Gakemopi

- Du är Gakemopi som ligger på sin matta hemma på lergolvet.
- Du försöker sätta dej och sitta men armarna lyder inte.
- Du försöker stiga upp men benen lyder dej inte.
- Du försöker hasa dej fram men armarna lyder inte.
- Du rullar dej runt och lyckas.
- Rulla dej först åt ena hållet och sen åt andra hållet.

Den här övningen har som mål att genom motsatser ge barnen en inblick i förhållandena i Finland och i Botswana.

FINLAND		BOTSWANA	
	Du är en istapp som är alldeles stel.	du är alldeles mjuk och slapp.	
	Du skottar snö som är lätt och mjuk.	Du gräver i tung sand.	
	Du plumsar i djup snö.	Du går på het sand	
	Du drar din vän i pulkan.	Du skuffar din syster i en kärra.	
	Du är en igelkott som rullar sig till en boll.	Du är en giraff som sträcker sin hals för att äta trädens löv.	