

TEMA Äventyr – Friluftsliv – Inte förstöra

Redskap: Koner, lagband.

Inför passet: Fokus är att få upp blicken hur man kan med hjälp av fantastin kan använda naturen som inspiration till rörelse.

En viktig del av allemansrätten är att du inte får skada naturen. Om du vill bygga något får du använda grenar och pinnar som ligger på marken men du får inte bryta grenar från träd. Du får klättra i träd och på berg men inte riva ned växter eller djurbon.

Uppvärmning:

Följa-john: Deltagarna härmar hans rörelsesätt och följer efter. Deltagarna turas om att vara **John**. När **John** har utfört sin rörelse en stund kan hen ställa sig sist i ledet och nu är det alltså den första i ledet som är **John**. Leken kan fortgå tills alla deltagare fått vara **John**.

Kör gärna i närmaste skogsdunge om möjligt och låt barnen hoppa över stenar krypa under stockar eller immitera djur.



Aktivitet 1:

Högsta tornet: Dela in gruppen i flera små lag. Det gäller att på tid (exempelvis 10 min) bygga ett så högt torn som möjligt av naturmaterial, allt från kottar, löv, snö, pinnar och stenar. Fantastin sätter gränser.

Viktigt att gå igenom allemansrätten innan kring att man inte får bryta av grenar på träden.

Kan även vara bra att sätta ramar på hur långt man får röa sig när man samlar material.

Leken avslutas med att man får bära tillbaka sakerna där man hittade dem.



Aktivitet 2:

Alla ekorrar byter bo: Alla deltagarna utom en ställer sig vid ett varsitt träd, sten (alt kon) och är ekorrar. Märk gärna träden/stenen genom att lägga ett band.

Lekledaren ropar: Alla ekorrar byter bo! Det gäller nu för alla att springa till ett annat bo (träd). Den som från början blev utan bo ska givetvis också springa. Den som blir utan, får stå och heja på de andra. Lekledaren tar bort ett bo vartefter som deltagarna åker ut. Leken fortsätter tills det bara finns en ekorre kvar.

Alternativ: alla utom en är ekorrar och den sista är räv. Räven ropar "Alla ekorrar byter bo" och ska därefter försöka kulla de som springer. (endast ett bo är skydd) blir man kullad blir man räv ihop med den första räven. Pågår tills alla är rävar. Ledaren tar bort bon allt efetsom så att det blir svårare och svårare.



Aktivitet 3: (Om tid finns)

Utmaning: Utmana deltagarna i järgarvila, välj varsit träd att stå emot,

Alternativ: finns ingen vägg kan man testa att stå rygg mot rygg



Avslut:

Samlas i ring. Vad brukar ni göra när ni är ute i natur och skog? Något ni vill berätta för gruppen? Därefter diksutera tillsammans Veckan Kluring

Reflektion – hur blev det?

Fråga deltagarna vad de tyckte om övningen. Hur kan övningen anpassas för att förenklas respektive utvecklas för att passa gruppen ännu bättre? Hade något utifrån din roll som ledare kunnat vara tydligare.

