

# Leken – att tänka på vid lektillfällen

*”Man slutar inte att leka för att man blir gammal  
- man blir gammal för att man slutar att leka!” / George Bernard Shaw*

*”Play is the first eductor” / Baden -Powell*

## Varför leker vi

Leken är barnets naturliga verksamhetsform. För barn är leken deras arbete. Man lär sig genom lek. Leken ger utlopp för barns fantasi, tränar iakttagelseförmåga, ger motion. Man lär sig koncentreras sig och uppöva sitt minne, samarbeta, känna kamratskap och gemenskap med gruppen.

Det finns många tillfällen då vi leker men alla har ett gemensamt. Man leker för att det är roligt. Roligt är det när man får vara med i leken hela tiden.

I början på en träff för att scouterna/barnen ska få rasa ut.

I slutet av en träff – för att lugna ner.

För att träna på något man just lärt sig.

För att lära känna varandra.

Ibland för att bli varma.

Träna samarbete.

Öka gemenskapen.

En lek ska inte vara skadlig (mobbing, gruppträck, fördomar).

## Olika typer av lekar

Namn-lekar	Lekar för fin motorik
Uppgifts-lekar	Fråge-lekar
Staffett-lekar	Skapande-lekar
Samarbets-lekar	Lekar runt ett ämne, kunskapslekar
Lag-lekar	Roll-lekar
Organisations-lekar	Den fria leken
Kroppskontakt-lekar	

Angående utslagslekar, de flesta av dessa lekar går att ändra på, så att man kan vara med igen.

*En lyckad samarbetslek har fyra kännetecken:*

- 1 samverkan
- 2 accepterande
- 3 engagemang
- 4 glädje

När dessa fyra komponenter samverkar i en lek slipper man sårad självkänsla, tårar och rädsla. Alla får chansen att lämna leken berikade av erfarenheter.

## Tänk efter före

Vid planering av lekar, tävlingar och liknade typer av program ska man förbereda sig väl.



## **Vad är syftet med leken**

Gör klart för dig var du vill uppnå med leken.

## **Vilka är deltagarna**

Vem ska leken passa för? Ålder, förkunskaper med mera. Kan de som ska leka inte läsa, ta bort moment där man ska läsa.

Har man tänkt hinderbana med exempelvis krypa genom däck, och någon person har för stora axlar och rumpa för att komma igenom däcket, ta bort det momentet.

Ta bort alla moment där någon kan bli bortgjord.

## **Hur ser lokalen eller terrängen ut där man ska vara?**

Var ska leken hållas? Finns det tillräckligt med plats? Kan man spela fotboll inne i en lokal med stora fönster?

Utelekar fordrar oftast ett större område att röra sig på. Titta på att inte terrängen är för svår. Har man exempelvis tänkt sig brännboll, bör marken inte vara för kuperad eller full med träd. Leker ute gör man hela året om. De flesta lekar går att använda vintertid. Innelekar går med fördel att leka ute, det är oftare problem att leka utelekar inne.

## **När ska man leka?**

När ska leken passas in i det övriga programmet. Ska det vara ett avbrott, eller ska det följa den röda tråden genom programmet?

## **Vilket material behövs?**

Tänk igenom och plocka fram vad som behövs till leken innan den börjar. Exempelvis till knopstafetter behövs rep, hoppa säck utan säckar är svårt.

## **Instruktioner till deltagarna**

Tala först om vad som ska ske, till exempel: ”Nu ska vi ha en knopstafett”. Tala därefter om hur leken går till och vilka regler som gäller. Visa om det behövs.

Förklara hur starten går till och vem som vinner eller om det är någon annan målsättning.

Fråga alltid sist ”Är det någon som har någon fråga?” Gör man det slipper man bli avbruten med onödiga frågor. Fråga om alla förstått. Man kan också provleka leken så att alla förstår innan man börjar på riktigt.

Ska det finnas markeringar för start och stopp eller ruta, se till att de är tydligt markerade och att alla vet om dem. Ge leken ett namn.

## **Genomförandet av leken**

Var aktiv och engagerad.

Ge inga nya regler efter att starten har gått, skulle det behövas avbryt leken och komplettera med de nya reglerna och starta om.



Det är ledaren som är domaren och bestämmer.  
 Var noga med rättvisa bedömning.  
 För protokoll och tro inte att du kommer ihåg resultaten i huvudet.  
 Starta på given signal, Gå, Nu, Start, slå på något eller liknade.  
 Sluta medan leken är rolig.  
 Var och en deltar på sitt sätt.  
 Ha reservlekar till hands!

## Regler

- ▶ Ge entydiga regler
- ▶ Rättvis bedömningar
- ▶ När börjar leken
- ▶ Vilken poängberäkning
- ▶ Vem vinner

## Efter genomförandet av leken

Tala om resultatet och visa synliga alster om lagen har presterat sådana.  
 Försök också att ge positiva kommentarer om prestationer utförda av ickevinnare.  
 Ge positiv kritik om kritik behöver ges.  
 Tänk och begrunda.  
 Gå snabbt över till nästa programpunkt eller nästa lek.

## ”Panelhonor”

Det brukar alltid finnas deltagare som inte vill vara med och leka. Det bottenar ofta i att de är rädda för att göra bort sig, att folk ska skratta åt dem. Om man leker roliga lekar där ingen känner sig löjlig eller kan göra bort sig kan du säkert få den mest ovilliga att vilja vara med. Kan eller vill någon inte vara med av någon anledning, ge honom/henne en uppgift, att hjälpa till med att döma, anteckna poäng eller vara kontrollant eller tidtagare.

## Trygghet

Låt deltagarna känna sig trygga tillsammans med dig. Utsätt ingen för något där de kan känna sig dumma eller löjliga. Var försiktig med vissa lägerbålslekar. Det finns en uppsjö där någon blir utsatt för något som ska roa andra. Tänk noga efter före hur ”offret” kommer att känna sig.

Ska det lekas på till exempel föräldramöten eller andra tillfällen då deltagarna inte känner varandra bör man vara extra försiktig. Det fordras otroligt lite för att en osäker förälder ska känna sig generad och blir de utsatta för det kommer de aldrig tillbaka. Men ha gärna helt ofarliga och roliga inslag och de kommer säkert gärna flera gånger.

## Individuellt eller i lag?

Att ha individuella tävlingar kan vara jobbigt för de som ofta kommer sist.



De kan känna sig dumma, klumpiga och tafatta.

Om man är ett lag som kommer sist kan man ha jättekul ändå. Dessutom är man inte ensam om att komma sist. I det vinnande laget finns det säkert de som aldrig brukar vinna annars.

## Lagindelning

Det finns en mängd olika sätt att dela in i lag. Vilket sätt man väljer har mindre betydelse. men man ska *aldrig låta deltagarna själva välja lag!*

Det är viktigt! Att låta några välja är att utsätta en del för en slags mobbing.

Ett enkelt sätt att ordna lag är lottdragning, dra lappar med nummer på.

Räkna 1,2 3,4, 1,2 3,4 och så vidare.

Dra kulor med olika färger ur en burk.

Para ihop sig två och två, ställa sig på led, dela till höger och vänster, på detta sätt får kompisar vara med varandra.

Använda sig av befintliga patruller/grupper.

Ledarna kan i förväg gör upp en indelning.

Men låt aldrig deltagarna välja själva.

## Tävla eller ej

Konkurrensen är en krydda men får absolut inte bli ett gift.

Japanskt tänkesätt: ”Tävla mot dig själv, som individ eller patrull/grupp, ha som mål att förbättra ditt eget eller patrullens/gruppens resultat.”

## Spökspår

Att bli utkörd mitt i natten och gå ett spökspår brukar uppskattas. Det är spännande, rymmysigt, pirrigt, småhemskt och så vidare. Men man bör ta bort alla skrämselfaktorer som fotoblixtar, knallskott, mumier, skramlande kedjor, överfall med mera som kan förekomma. Om man nu ska ha en nattaktivitet bör det vara utan skrämsemoment. Det är oftast tillräckligt läskigt att gå i skogen på natten utan att det behöver förstärkas med spökerier. Resultatet av spökspår kan bli att personen som utsätts blir mörkrädd för lång tid framöver och det är tråkigt.

Ska man ha spökspår ska detta vara frivilligt och den som går det ska veta om att det är ett spår med skrämseleffekter. Man ska ha möjlighet att gå tillsammans med kompis om man så önskar och/eller med ficklampa.

## Häftiga lekar

När man leker en häftig lek är det viktigt att lekledaren tänker efter före. Att alla onödiga riskmoment elimineras och att inte leken urartar till ett rent slagsmål utan att det är ”fair play” hela tiden. Ledaren ska vara konsekvent med reglerna.

## Variation

Växla mellan olika sorters lekar. Olika människor är bra på olika saker, alla



kan till exempel inte springa fort. Var och en bör få en chans att komma till sin rätt. Ingen ska heller behöva stå utanför.

### **Fantasi**

Använd din fantasi, namnge leken. Försök att anpassa leken till programmet. De flesta lekar kan man modifiera så att de blir nya och passar in på ett tema eller en programpunkt. Tänk på teman, dramatisera leken. Anknyt till livet omkring oss. Ett bra sätt att få inspiration till lekar är att använda sig av temat för avdelningsmötet eller dylikt.

Enkla lekar har störst förutsättning att lyckas.

### **Diplom**

På läger kan man ha olika diplom för lekinsatser under veckan. Alla deltagare får var sitt diplom. Diplomen utdelas för små ”olyckshändelser” som man råkat ut för eller av misstag man gjort under ett läger. Diplom för små utmärkande egenheter. Det kan vara för första tjuvstarten, finaste pulkavurpa, lägrets klädsimmare etc.

### **Litteraturtips**

*Mera lek*, Erland Hallberg, Mera förlaget HB ISBN 91-970928-2-7

*Stora QL boken*, Leif B Åhgren

*Kullagret – Äventyr och spänning*, en inspirationsbok av Svenska scoutförbundet.

### **Sammanfattning – Att tänka på vid lek**

Tänk efter före

Vad är syftet med leken?

Vilka är deltagarna

Hur ser lokalen eller terrängen ut där man ska vara?

När ska man leka?

Vilket material behövs?

Instruktioner till deltagarna

Regler

Individuellt eller i lag?

Lagindelning

Låt aldrig deltagarna välja lag

Tävla eller ej?

Variation

Fantasi

□