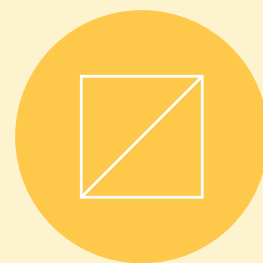


UNDER HÖKENS VINGAR



Det här är en basövning som passar från grön nivå.

Syfte

Lära sig kartans färger.

Plats

Övningen kan genomföras både inom- och utomhus. Området bör vara öppet och ha en längd på ca 20 m. Bredden anpassas efter antalet deltagare.

Utrustning

Ingen utrustning behövs.

Förberedelser

Definiera eller vid behov märk upp området där deltagarna får vara.

Genomförande

En utses till "hök" och ställer sig mitt i lekområdet. Övriga samlas vid ena sidan.

Höken börjar leken med att säga: "Under hökens vingar kom!". De övriga deltagarna frågar: "Vilket karttecken?". Höken väljer ett karttecken och svarar till exempel: "Brunn!". Alla deltagare som har karttecknets färg, blått i sin klädsel får fri lejd över till andra sidan.

Man kan ha kommit överens om att de ska ta sig över området på ett speciellt sätt. Exempelvis med höga knäuppdragningar eller med hälkickar.

För de övriga gäller det sedan att ta sig över till andra sidan utan att bli kullade av höken. Alla som blir kullade blir också hökar och hjälper till att fånga de som fortfarande är fria. Leken fortsätter tills alla blivit tagna.