



Grundaskóli

Ingvar Sigurgeirsson

10. kafli

Leikjabanki

Fjölpætt gildi leikja

Leikur er þroska barna afar mikilvægur. Nefna má málþroska, félagsþroska, sköpunargáfu, tilfinningaþroska, siðferðisþroska, rökþroska og hreyfiþroska. Minna má á að samkvæmt barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna eru það talin sjálfsögð réttindi barna að fá svigrúm til að leika sér. Er þá ekki aðeins átt við börn sem búa við fátækt, vinnuþrælkun eða stríð heldur ekki síður þann hóp sem elst upp við hraðann og kröfurnar um árangur sem oft einkennir þróaðri lönd.

Leikir hafa margþætt gildi í skóla- og tólmundastarfi. Fá viðfangsefni duga betur til að auka virkni og áhuga en einmitt leikir. Leikir stuðla að tilbreytingu og æskilegri fjölbreytni. Margir leikir hafa góð áhrif á samkennd í hópi og félagsanda. Sumir leikir efla hreyfifærni og snerpu, aðrir skerpa athyglisgáfu. Enn aðra má nota til að festa staðreyndir í minni, þjálfra málnotkun, efla hugtakaskilning, orðaforða eða rökhugsun eða auka hugmyndaflug og ímyndunarafli.

Í köflunum hér á undan hafa verið gefnar margar hugmyndir um hvernig er mögulegt að nýta leiki til að auka hreyfingu í frímínútum og samþætta nám og hreyfingu með leikjum. Í köflum 2 og 7 er bent á hagnýt atriði sem gott er að hafa í huga til að koma til móts við þarfir sem flestra nemenda.

Í þessum kafla er bent á nokkra leiki úr Leikjabankanum sem henta vel til að uppfylla hreyfiþörf nemenda og í lok kaflans er bent á fleiri góðar heimildir um leiki.

Leikjabankinn

Mörgum reynist erfitt að muna leiki. Stundum muna menn nöfn leikja og gang þeirra í grófum dráttum en gleyma oft einstökum leikreglum. Til að bæta úr þessu er gott að hafa aðgang að góðum heimildum um leiki.

Sá sem þetta ritar hefur í mörg ár leitast við að safna góðum leikjum, með aðstoð kennara og kennaraefna. Þetta safn, Leikjabankinn, er að finna á á vefsíðunni **www.leikjavefurinn.is**. Um 400 leikir voru í Leikjabankanum í árslok 2009 og er þeim skipt í eftirtalda flokka (fjöldi leikja í hverjum flokki ræður röðinni):

- Hreyfileikir og æfingar*
- Ýmsir hópleikir*
- Ýmsir námsleikir*
- Orðaleikir
- Rökleikir
- Söng- og hreyfileikir*
- Námspil
- Leikbrúður og leikræn tjáning*
- Hreyfiprautir*
- Kynningarleikir*
- Athyglis- og skynjunarleikir
- Spurningaleikir
- Hópstyrkingarleikir*
- Hópskiptingarleikir*
- Teikni- og litaleikir
- Ratleikir*
- Söguleikir
- Hver á að ver'ann?
- Origami – pappírsbrot
- Raðþrautir

Leikir sem fela í sér hreyfingu eru merktir með *

Stöðugt bætast við nýir leikir enda auðvelt að bæta leikjum í safnið. Aðgangur að Leikjabankanum er ókeypis og þangað geta allir sótt sér leiki. Á **www.leikjavefurinn.is** er líka bent á fjölmarga innlenda og erlenda leikjavefi og áhersla lögð á að benda á vandað efni. Auk þess að nota leikina óbreytta er tilvalið að virkja hugmyndaflugið, laga leikina að viðfangsefninu hverju sinni, eftir þörfum, eða jafnvel búa til nýja leiki.

Nokkur dæmi um leiki úr Leikjabankanum

Hver á að „ver'ann“

Margir leikir hefjast á því að ákveða hver á að „ver'ann“, þ.e. stjórna leik, byrja leik eða vera í aðalhlutverki. Tilvalið er að nota úrtalningarvísur til þess að velja en þær eru margar og kjörið að kenna nemendum sem flestar. Einnig er skemmtilegt viðfangsefni að láta nemendur semja slíkar vísur og gjarnan að bæta við klappi og annarri hreyfingu.

Úrtalningarvísur

Markmið: Skemmtileg aðferð við að velja hver á að ver'ann.

Gögn: Engin.

Aldursmörk: Frá 4 ára.

Leiklýsing: Farið er með úrtalningarvísuna og um leið og hvert orð er sagt er bent á þátttakendur eftir röð. Sá „er'ann“ sem bent er á þegar síðasta orð vísunnar er nefnt. Skemmtilegast er að allir þátttakendur fari saman með vísuna af miklum krafti.

Hver á að
„ver'ann“

Dæmi um vísur.

Ugla sat á kvisti
átti börn og missti
eitt, tvö, þrjú
og það varst þú.

Úen dúen dín
mamma fútter fín
fútter fín mamma dín
úen dúen dín.

Eníga meníga
súkkandí
obel dobel domm og dí
dú skal go í öst og vest
ex press óbel dóbel dess.

Úllen, dúllen, doff,
kikki, lane, koff
koffelane, bikkebane,
úllen, dúllen, doff.

Ení mení ming
mang kling klan
gússí, bússi, bakka, dæ
æí, væi, vekk med dæ.

Eninga-meninga, súkkana-dí,
obbelt, dobbelt, domm og dí,
iss, ass, úlle, fass,
fanninga-ní, fanninga-tí,
stikkel, stakkel, stí
og frí.

Heimild: Vísurnar eru fengnar hjá Gunnari Frey Valdimarssyni, Heiðrúnu Kristjánsdóttur og Margréti Pálsdóttur.



Liðsandaleikir

Leikir sem bæta liðsandann

Margir leikir henta sérstaklega vel til að efla og bæta samskipti. Því má auðvitað halda fram að í raun hafi flestir góðir leikir jákvæð áhrif á samskipti, en til eru sérstakir leikir sem hafa þann beina tilgang að styrkja hóp eða liðsheild. Þessir leikir eru oft kallaðir hópstyrkingar- eða hópeflileikir.

Aragrúa að hópstyrkingarleikjum er að finna á Netinu. Á ensku eru þessir leikir oft kenndir við *icebreakers*. Einnig eru notuð um þetta orð eins og *warmups*, *energizers* og *deinhibizers*. Auðvelt er að finna slíka leiki í leitarvél með því að nota þessi orð sem leitarorð.

Hér eru tveir góðir hópstyrkingarleikir úr Leikjabankanum.

Ég er frábær eins og ég er

Markmið: Kynnast öðrum í hópnum.

Gögn: Stólar.

Aldursmörk: Frá 5 ára.

Leiklýsing: Þátttakendur sitja í hring. Hver og einn á að hugsa um eitt atriði sem er einstakt um hann sjálfan. Einn byrjar og segir frá því hvað þetta er. Ef það sem hann nefnir á við fleiri standa þeir upp og setjast á hann. Sá sem byrjaði verður nú að láta sér detta í hug eitthvert annað atriði sem er sérstakt við hann í von um að það eigi ekki við hina. Takist honum það losnar hann við þá sem settust á hann og sá næsti fær að reyna.

Þetta er kjörinn kynningarleikur þar sem þátttakendur fræðast hver um annan og kynnast oft óvæntum hliðum hinna.

Heimild: Helgi Grímsson, skólastjóri í Sjálandsskóla, kenndi umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik á leikjanámskeiði í Kennaraháskólanum í janúar 2007.

Flækjumamma

Markmið leiks: Að efla samvinnu. Að efla félagsþroska.

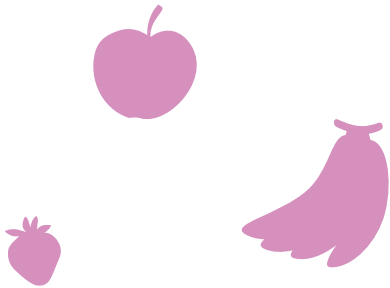
Gögn: Engin.

Aldursmörk: Frá 4 ára.

Leiklýsing: Kennarinn byrjar á því að kenna börnunum þulu sem hljóðar svo: *Flækjumamma, flækjumamma, þú mátt ekki okkur skamma, komdu og leystu þennan hnút, og hleyptu okkur út.*

Eitt barnið er flækjumamma og fer út í horn á stofunni, úr augsýn hinna barnanna. Börnin leiðast í hring og flækja sig saman, búa til erfiðan hnút. Þegar þau eru búin að þessu fara þau með þuluna og mamman kemur og reynir að leysa hnútinn. Börnin mega ekki sleppa höndunum á meðan hnúturinn er leystur. Ef hópurinn er ekki stór er gaman að leyfa öllum að vera flækjumamma. Kennarinn er börnunum til aðstoðar en hann má helst ekki hjálpa þeim of mikið, helst ekki neitt.

Heimild: Ósk Fossdal lagði þennan leik inn í Leikjabankann 2007. Leikurinn er til í ýmsum útgáfum. Ein útgáfan heitir Sjúkrabíllinn en þá fara tvö eða þrjú börn út og eru sjúkrabílar þegar þau koma inn aftur til að bjarga hinum úr flækjunni.



Hreyfileikir

Nokkrir góðir hreyfileikir

Ávaxtakarfa

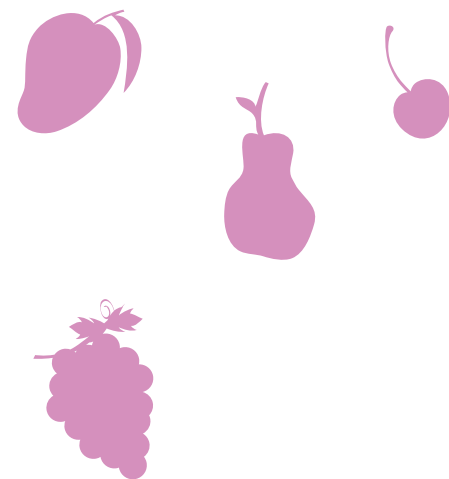
Markmið: Þjálfna athygli, viðbrögð, minni og hlustun og ekki síst að skemmta sér.

Gögn: Stólar.

Aldur: Frá 5 ára.

Leiklýsing: Allir þátttakendur fá ávaxtanöfn. Þeir sitja í hring á stólum. Stólarnir eru einum færri en þátttakendur. Sá sem ekki hefur stól stendur í miðjunni og nefnir tvo ávexti, t.d. appelsínu og epli. Þá standa þeir upp sem heita þeim nöfnum og eiga að skipta um sæti. Einnig getur hann sagt ávaxtakarfa og þá eiga allir að skipta um sæti. Sá sem er í miðjunni á einnig að reyna að setjast og sá sem ekki nær sér í sæti fer í miðjuna.

Heimild: Lára Eymundsdóttir kenndi umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik 1994.



Baunapokakeppni

Markmið: Styrkja bak með beygju og réttu og teygja á brjóstvöðvum. Æfa fingrafimi. Efla samvinnu.

Gögn: Baunapokar, borð og stólar.

Aldur: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Leikmönnum er skipt í fimm til átta manna hópa og stendur hver hópur í einfaldri röð. Nokkurt bil er á milli og standa þeir með bil á milli fótanna. Sá sem er fremstur heldur á baunapoka.

Leikurinn fer þannig fram að þegar stjórnandi gefur merki, réttir fremsti maður baunapokann milli fóta sér aftur til næsta manns. Hann réttir pokann aftur yfir höfuð sér til þess sem stendur fyrir aftan hann og þannig alltaf til skiptis undir eða yfir til aftasta manns. Leikmenn verða að hafa báðar hendur á pokanum. Þegar aftasti maður fær pokann segir hann snú og öll röðin snýst í hálfhring þannig að aftasti maður verður fremstur í röðinni. Hann réttir nú pokann öfugt við það sem hann fékk hann og endurtekur leikinn þar til sá sem hóf leikinn fær pokann aftur. Þá segir hann snú og lyftir pokanum upp. Sú röð vinnur sem er fyrst að snúa og lyfta poka. Hafa má fleiri umferðir og er það þá ákveðið í upphafi leiks hversu oft pokinn er látinn ganga.

Útfærsla: Borðum og stólum er raðað í röð og leikmenn sitja við borðin. Pokinn er nú eingöngu látinn ganga (með báðum höndum) yfir höfuð. Aftasti maður segir snú þegar hann fær pokann og allir leikmenn setjast klofvega öfugt á stólana. Pokinn er látinn ganga til baka yfir höfuð þar til sá sem hóf leikinn fær pokann aftur. Þá segir hann snú og allir snúa aftur rétt í stólunum. Hann lyftir þá pokanum upp. Sú röð vinnur sem er fyrst að snúa og lyfta poka.

Heimild: Þórey Guðmundsdóttir (1987). Innileikir – hreyfileikir. Reykjavík: Höfundur gaf út.

Eitur í flösku

Markmið: Snerpa, athygli, þol.

Gögn: Engin.

Aldur: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Leikið er á góðu svæði, túni, íþróttasal eða öðru auðu svæði.

Einn er valinn til að vera „eitrið“. Hann snýr baki í hina og þeir halda í hann. Hann segir „eitur í ...“ einhverju, t.d. tösku, peysu eða húsi. Allir eru kyrrir þangað til hann segir „eitur í flösku“. Þá hlaupa þeir í burtu og hann reynir að klukka þá.

Þeir sem nást verða að stoppa og standa með bil milli fótanna. Hinir sem ekki hafa verið klukkaðir geta frelsað þá með því að skríða í gegnum klofið á þeim.

Heimild: Arna Björk Árnadóttir og Sigurlaug Lára Ingimundardóttir (án ártals).

Leikjahandbók Íþrótt- og tómsundasviðs Reykjavíkurborgar. Reykjavík: Íþrótt- og tómsundasvið Reykjavíkur.

Fréttaboðhlaup

Markmið: Hreyfing, kynnast fréttum, rifja upp námsefni.

Gögn: Nokkur eintök af sama dagblaði.

Aldursmörk: Frá 10 ára.

Leiklýsing: Liðin raða sér upp öðrum megin í stofunni. Á vegg á móti eru settar upp forsiður, úrklippur eða opnur með fréttum úr dagblöðum.

Leikstjórnandinn hefur samið spurningar úr þessum fréttum. Stjórnandinn ber upp spurningu, eina í einu og sá fyrsti úr hverju liði hleypur að veggnum og reynir að finna svarið við spurningunni. Sá sem er fyrstur að finna svarið segir það upphátt og vinnur þannig stig fyrir sitt lið.

Útfærsla: Í stað dagblaða má auðvitað nota námsefni. Sem dæmi má nefna að ljósrita blaðsíður úr námsbókum.

Heimild: Bryndís Eva Ásmundsdóttir, Fjóla Þorgeirsdóttir og Jóhann Skagfjörð

Magnússon kenndu umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik á námskeiði vorið 2006.

Fréttadans

Markmið: Nemendur geri sér grein fyrir hreyfingum sínum, hreyfifærni, nákvæmni, skemmtun.

Gögn: Opnur, arkir úr dagblöðum, tónlist.

Aldursmörk: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Hver nemandi fær eina örk úr dagblaði. Nemendur leggja örkina sína á gólfið og taka sér stöðu ofan á blaðinu. Síðan er tónlist spiluð í stutta stund og nemendur eiga að dansa á blaðinu á meðan. Þeir verða að gæta þess að stíga ekki út fyrir það. Sá sem stígur út fyrir blaðið er dottinn úr leik. Þegar tónlistin stoppar á hver nemandi að taka blaðið sitt og brjóta það saman um helming og leggja það síðan aftur á gólfið og koma sér fyrir ofan á því að nýju. Nemendur fá 10 sekúndur til að brjóta blaðið saman og koma sér fyrir. Síðan hefst tónlistin aftur og sami háttur er hafður á þar til blaðið er orðið svo lítið að í raun er ómögulegt að dansa eða halda sér á því. Sá eða þeir sem síðastir verða eftir vinna leikinn.

Útfærsla: Það gerir leikinn skemmtilegri ef nemendur eru hvattir til að dansa frumlegan dans eða hreyfa sig sérkennilega. Hægt er að stytta eða lengja tímann sem nemendur fá til að brjóta saman blaðið.

Heimild: Una Björk Unnarsdóttir kenndi umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik á leikjanámskeiði í Kennaraháskólanum vorið 2007.

Fölsku tennurnar

Markmið: Að slá á léttu strengi – hlæja saman.

Gögn: Engin.

Aldur: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Þátttakendur sitja eða standa í hring. Allir klemma saman munninn þannig að ekki sést í tennur. Ef einhver sýnir tennurnar er hann úr leik! Þátttakendur velja sér einhvern ávöxt eða grænmeti. Þeir tilkynna hvaða ávöxtur eða grænmeti þeir eru og þurfa að muna vel hvað þeir völdu.

Leiðbeinandi byrjar á klapphreyfingu (allir klappa með) og segir sinn ávöxt um leið án þess að það sjáist í tennurnar (tvisvar eða þrisvar eftir því sem hann ákveður), síðan bætir hann við einum ávexti. Sá sem á þann ávöxt tekur við og klappar og bætir síðan við öðrum ávexti. Sá sem á þann ávöxt tekur við og þannig koll af kalli. Sá er úr leik sem sýnir tennurnar eða fer að hlæja.

Þessi leikur skapar yfirleitt mikla kátínu!

Heimild: Ása Helga Ragnarsdóttir kenndi umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik. Hún lærði hann á námskeiði. Þessi leikur er til í ýmsum útgáfum og heitir mörgum nöfnum eins og títt er um leiki.

Gríptu í halann á drekanum

Markmið: Hreyfing, félagsandi.

Gögn: Trefill, vasaklútur eða önnur dula.

Aldur: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Leikmenn standa í röð þannig að hver heldur um mittið á næsta manni fyrir framan. Aftasti maður hefur vasaklút í vasanum (helst í rassvasa). Fremsti maður á að reyna að ná klútnum án þess að röðin slitni.

Útfærsla: Tvær raðir keppast við að stela halanum hvor af annarri.

Heimild: Luvmour, J., og Luvmour, S. (1990). Everyone wins! Cooperative games and activities. Philadelphia: New Society Publisher.

Hringleikur með teningum

Markmið: Að hrista hóp saman og hafa gaman.

Gögn: Tveir teningar.

Aldursmörk: Frá 8 ára.

Leiklýsing: Þátttakendur sitja í hring, helst á stólum. Nokkrir stólar eru auðir. Stjórnandinn, kennari eða nemandi, situr við borð í miðjunni og hefur tvo teninga. Stjórnandinn byrjar á að gefa nemendum númer, frá einum upp í sex. Nemendur verða að muna sína tölu.

Stjórnandinn kastar fyrri teningi og kallar upp töluna. Ef upp kemur t.d. talan fimm þurfa þeir sem fengu þá tölu að vera tilbúnir að færa sig réttisælís. Síðan varpar kennari seinni teningnum en hann segir til um hvað nemendur þurfa að færa sig um mörg sæti og setjast á hné annars nemanda (nema auðvitað stóllinn sé auður). Sá vinnur leikinn sem er fyrstur til þess að komast heilan hring. Þeir sem hafa einhvern á hné sér mega ekki færa sig og verða að biða þangað til þeir eru lausir. Leikurinn verður að ganga rösklega fyrir sig svo ekki verði löng bið.

Heimild: Erna Sigrún Jónsdóttir 2006. Erna lærði leikinn á norrænu vinabæjamóti 2005. Árni Heiðar Ívarsson íþróttakennari kenndi leikinn.

Hænan og eggjð

Markmið: Hópstyrking og skemmtun.

Gögn: Engin.

Aldursmörk: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Í upphafi leika allir egg og ganga um á hækjum sér. Þátttakendur para sig saman og hvert par fer í leikinn *steinn, blað og skæri*. Sá sem vinnur breytist í kjúkling. Sá sem verður egg áfram leitar að öðru eggj en kjúklingurinn að öðrum kjúklingi. Kjúklingar gefa frá sér hátt tíst. Hvert nýtt par fer í leikinn *steinn, blað og skæri* og sá kjúklingur sem sigrar verður að hænu og hleypur nú gaggandi um þar til hann finnur aðra hænu. Þá er *steinn, blað og skæri* endurtekið og sá sem vinnur

breytist í hana. Haninn hoppar galandi um á einum fæti þar til hann finnur annan hana. Þeir reyna með sér í *steinn, blað og skæri*. Haninn sem vinnur verður svo að súpu. Súpan stendur kyrr og hendurnar ganga í bylgjum á meðan hún sýður með háu hljóði (blobb-blobb-blobb).

Leikurinn er búinn þegar eftir er eitt egg, einn kjúklingur, ein hæna og einn hani og allir hinir eru orðnir að súpu!

Athugasemd: Góð lýsing á steinn, blað og skæri er að finna á alfræðivefsetrinu Wikipedia á þessari slóð: http://is.wikipedia.org/wiki/Steinn,_sk%C3%A6ri,_bla%C3%B0.

Heimild: Daggrós Stefánsdóttir og Edda Rún Gunnarsdóttir, þátttakendur á leikjanámskeiði hjá umsjónarmanni Leikjabankans vorið 2007, fundu þennan leik á vefsetrinu www.sjovide.dk.

Sótt 18. apríl 2007 á www.sjovide.dk/showpage.php?ide=38782.

Jósep segir

Markmið leiks: Hlustun, athygli, einbeiting.

Gögn: Engin.

Aldursmörk: Frá 4 ára.

Leiklýsing: Einn er valinn til að vera stjórnandi (Jósep). Jósep gefur ýmsar skipanir sem allir verða að hlýða, þ.e. ef stjórnandinn setur „Jósep segir ...“ framan við skipun sína. Sleppi hann því og einhver framkvæmir samt skipunina er sá úr leik. *Dæmi um fyrirmæli:*

Jósep segir: Allir eiga að lyfta höndum hátt upp og teygja sig (allir þátttakendur framkvæma þetta). – Hendur niður (án þess að segja Jósep segir) og þá eru þeir sem setja hendur niður úr leik.

Allir eiga að klappa (þeir sem klappa eru úr leik). Jósep segir allir eiga að klappa (allir klappa). – Hætta (þeir sem hætta að klappa eru úr leik). Jósep segir: Hætta að klappa (allir hætta klappinu).

Leikurinn heldur áfram þar til enginn er eftir.

Stjórnandinn reynir vitaskuld að hafa fyrirmælin sem skemmtilegust (allir eiga að klípa í nefið á sér, reka út úr sér tunguna, gretta sig, toga í tærnar á sér, boxa, rífa í hár sér, vera undrandi á svipinn o.s.frv.).

Útfærsla: Þessi leikur hentar vel í tungumálakennslu.

Heimild: Leikur sem umsjónarmaður Leikjabankans lærði í æsku. Þennan leik kunna allir – en gleyma alltof oft.

Kapphlaup á spjöldum

Markmið leiks: Einbeiting, jafnvægi.

Gögn: Pappaspjöld.

Aldursmörk: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Hver þátttakandi fær tvö pappaspjöld. Öðru spjaldinu er hent á jörðina eða gólfið og stigið á það öðrum fæti, þá er hinu hent og hinum fætinum stigið á það. Það fyrra er tekið upp og því hent áfram og þannig koll af kalli þar til komið er að ákveðnu marki. Aldrei má stíga lausum fæti á gólfið.

Útfærsla: Leikurinn verður auðveldari ef hver getur fengið svo mörg spjöld í byrjun að hann þurfi aldrei að taka upp spjöldin sem hann hendir niður.

Þessi leikur getur líka verið boðhlaup.

Heimild: Leikinn skráði Helga Gísladóttir í Leikjabankann árið 1997.

Lögreglan eltir fangann

Markmið: Æfa þol og viðbragð.

Gögn: Engin, en til að fara í leikinn þarf rúmgott svæði, úti eða inni.

Aldursmörk: Frá 4 ára.

Leiklýsing: Þetta er skemmtilegur eltingaleikur þar sem einn er lögregla og annar er fangi. Aðrir þátttakendur para sig saman tveir og tveir, standa hvor á móti öðrum og halda saman höndum (mynda hreiður). Þörin dreifa sér vel um svæðið og mega helst ekki vera of nálægt hvert öðru. Leikurinn gengur út á það að lögreglan eltir

fangann sem getur bjargað sér með því að hlaupa inn í eitthvert hreiðrið. Sá sem fanginn snýr bakinu í á að breytist í fanga, hleypur burtu og reynir að forða sér. Fyrirverandi fanginn tekur sér stöðu þess sem breyttist í fanga. Ef lögreglan nær fanga þá skipta lögregla og fangi um hlutverk og leikurinn heldur áfram.

Heimild: Anton Bjarnason kenndi umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik. Lýsinguna, sem stuðst er við, fundu þær Elísabet Árný Porkelsdóttir, Arndís Th. Friðriksdóttir og Helga Hauksdóttir á vef Þjorsárvers í mars 2007, sjá á þessari slóð: www.thjorsarver.is/leikir.htm.

Pönnukaka með sultu

Markmið: Athyglisgáfa, hugmyndaflug, hreyfing.

Gögn: Trefill.

Aldursmörk: Frá 5 ára.

Leiklýsing: Þátttakendur stilla sér upp í röð. Sá sem er fremstur er'ann og á að binda trefil eða eitthvað álíka fyrir augun á sér þannig að hann sjái ekkert. Þegar allt er tilbúið og allir komnir í röðina aftur á einn þátttakandi að læðast hljóðlega út úr röðinni og að hinum „blinda“ og segja með skrytinni röddu (breyta röddinni) „pönnukaka með sultu“ og fara síðan aftur á sinn stað í röðinni. Sá sem er'ann (sá „blindi“) tekur trefilinn frá augunum og á að finna út hver það var sem talaði. Áður en hann giskar á hann að segja upphátt hvað viðkomandi á að gera ef hann verður afhjúpaður. Dæmi: Hoppa á öðrum fæti í hálf mínútu, gera tíu armbeygjur, syngja lag eða eitthvað álíka. Ef sá sem giskar getur ekki upp á réttri manneskju þarf hann sjálfur að leysa verkefnið sem hann lagði fyrir og reyna aftur. Giski hann rétt verður sá sem hvíslaði næsti blindingi.

Útfærsla: Að sjálfsgöðu má leika sér að því að breyta því sem sagt er við „blindingjann“.

Heimild: Stella María Ármann kenndi umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik á leikjanámskeiði í Kennaraháskólanum vorið 2007. Hún fann leikinn í bók eftir Carsten Lingren.

Skottaleikur

Markmið: Auka samhæfingu hreyfinga og hafa gaman í hópi.

Gögn: Skott (sjá lýsingu).

Aldursmörk: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Leikurinn er leikinn á rúmgóðu svæði: leiksvæði, túni, í íþróttasal eða öðru auðu svæði. Stærð leiksvæðis fer eftir fjölda leikmanna. Gott er að afmarka svæðið með keilum. Svæðið er án borga, þ.e.a.s. ekkert svæði er til að hvíla sig á. Allir leikmenn fá skott (vesti, bönd, tusku) sem fest er í buxnastræng. Mikilvægt er að þetta líti út eins og skott eða hali á dýri. Leikurinn er fólgin í því að allir reyna að ná eins mörgum skottum og þeir geta. Missi leikmaður skottið sitt verður hann að setja á sig skott sem hann nær sér í frá öðrum. Hafi þeir ekkert skott halda þeir samt áfram í leiknum og setja skott í buxnastrænginn á sér um leið og þeir ná því. Hér eru allir á móti öllum. Þegar leikurinn er stöðvaður má athuga hve mörg skott hver leikmaður hefur náð í.

Útfærsla: Helmingur þátttakanda hefur skott en hinn ekki. Þeir sem hafa skott eiga að varast það að skotti þeirra sé náð en eiga ekki að ná sér í aukaskott. Um leið og sá sem ekki hefur skott nær sér í skott, fer hann út fyrir leiksvæðið, setur á sig skottið og kemur svo inn í leikinn að nýju.

Einnig er hægt að leika leikinn þannig að hlaupið er á milli borga eins og í stórfiskaleik. Þeir sem eru „stórfiskar“ hafa ekkert skott. Ef þeir aftur á móti ná í skott af litlum fiskum skipta þeir um hlutverk. Æskilegt er að byrja með tvo til fjóra stórfiska (fjöldinn fer eftir fjölda leikmanna).

Heimild: Janus Guðlaugsson kenndi leikinn.

Tómatur

Markmið: Auka samhæfingu hreyfinga og hafa gaman í hópi.

Gögn: Bolti, má vera brennibolti eða handbolti.

Aldursmörk: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Leikendur mynda hring og snúa baki inn í hringinn. Í byrjun spenna allir greipar, standa gleiðir og beygja sig niður þannig að þeir horfa milli fóta sér inn í hringinn. Einn þátttakanda byrjar með boltann og kýlir hann með báðum höndum og reynir að hitta milli fóta annars þátttakanda. Þátttakendur reyna að varna því að boltinn fari milli fóta þeirra með því að kýla boltann og freista þess um leið að hitta milli fóta annarra. Fari boltinn milli fóta einhvers og þannig út úr hringnum sækir sá hinn sami boltann og hefur leik á ný, en nú aðeins með annarri hendi og hin skal höfð fyrir aftan bak. Ef boltanum er skotið milli fóta leikmanns sem orðinn er einhentur fellur hann úr leik og þannig fækkar smám saman í hópnum þar til einn stendur uppi sem sigurvegari.

Útfærsla: Mögulegt er að ákveða að leik ljúki þegar ákveðinn fjöldi þátttakanda er eftir, t.d. fimm. Oftast er betra að leika þennan leik með stærri bolta ef þátttakendur eru mjög ungir.

Heimild: Tinna Rún Eiríksdóttir, Skúli Þórisson og Guðrún Gunnarsdóttir 2007. Leikurinn kemur frá Frakklandi. Munnleg heimild: Audrey de Taeye.

Tvívurastórfiskaleikur (keðjustórfiskaleikur)

Markmið: Samvinna, samhæfing, þrek, félagsproski, skemmtun.

Gögn: Engin.

Aldursmörk: Frá 6 ára.

Leiklýsing: Leikurinn er eins og venjulegur stórfiskaleikur nema allir leikmenn mynda pör. Þeir tveir leikmenn, sem byrja að ver'ann (stórfiskarnir), standa hlið við hlið og krækja saman höndum (eða leiðast) og aðrir leikmenn (smáfiskarnir) eru líka tveir og tveir saman með hendur krækta (eða leiðast). Leikurinn fer fram á afmörkuðu svæði og byrja þeir tveir sem er'ann við miðlínu. Aðrir leikmenn eiga að reyna að komast yfir á hinn enda svæðisins án þess að nást. Til að ná smáfiskunum þurfa stórfiskarnir að klukka (snerta) þá (annan þeirra). Ef leikmenn missa takið hvor á öðrum eru þeir úr leik og eins má ekki slitna á milli þeirra sem eru að elta. Þeir leikmenn, sem nást eða missa tókin, mynda keðju með þeim sem fyrir eru þannig að keðjan stækkar stöðugt. Leiknum lýkur þegar allir leikmenn hafa náðst. Ef ákveðið er halda leiknum áfram byrjar það par að ver'ann sem fyrst náðist.

Útfærsla: Þegar keðjan stækkar er hún oft of svifasein til að ná leikmönnum sem eftir eru og við því þarf að bregðast, t.d. með því að mynda tvær keðjur.

Heimild: Ólafur Jósefsson (Janus Guðlaugsson og Kári Jónsson leiðbeindu einnig um útfærslu).

Vélin

Markmið: Ýta undir hugmyndaflug, efla samskipti og samvinnu, hópefli.

Gögn: Engin.

Aldursmörk: Frá 5 ára.

Leiklýsing: Allir þátttakendur standa í hring. Eitt barn byrjar með hreyfingu og velur sér einnig hljóð til að gefa frá sér með hreyfingunni. Barnið gætir þess að halda áfram að hreyfa sig eins allan leikinn. Næsta barn tekur við og þannig koll af kalli. Hvert barn velur nýtt hljóð og nýja hreyfingu, uns öll vélin er komin af stað. Nú má sjá hvernig vélin vinnur saman og það heyrast margs konar hljóð frá henni. Leiknum er ekki hætt fyrr en öll börnin hafa fundið sína hreyfingu og sitt hljóð. Kennarinn (eða annar stjórnandi) getur slökkt á vélinni og kveikt á henni aftur með því að ýta á ímyndaðan hnapp.

Heimild: Nemendur í Kennaraháskólanum fundu þennan ágæta leik í þessari bók: Elín Elísabet Jóhannesdóttir (2003). Spor 3: Lífsleikni fyrir 3. bekk. Kennsluleiðbeiningar. [Vefútgáfa.] Reykjavík: Námsgagnastofnun. Sjá á þessari slóð: www.nams.is/lifsleikni/spor_3_klb.pdf.

Það voru að koma skilaboð

Markmið: Samhæfing hreyfinga, skapa góða stemningu.

Gögn: Engin.

Aldursmörk: Frá 4 ára.

Leiklýsing: Stjórnandi segir: Við erum í verksmiðju, þið eruð verkamennirnir og ég er verkstjórinn. Fyrst segi ég: „Það eru að koma skilaboð.“ Þá svarið þið: „Hvaða skilaboð?“ Síðan kem ég með skilaboð sem þið verðið að framkvæma í sameiningu.

Stjórnandi: Það eru að koma skilaboð.

Þátttakendur: Hvaða skilaboð?

Miklu skiptir að þetta sé sagt kröftuglega. Stjórnandinn lætur þátttakendur endurtaka spurninguna þangað til svarað er af miklum krafti.

Stjórnandi: Að setja litla hamarinn í gang. Allir byrja að slá hægri hendi á hægri læri og því er haldið áfram góða stund uns stjórnandinn segir eitthvað á þessa leið: Það voru að koma önnur skilaboð.

Þátttakendur svara: Hvaða skilaboð?

Stjórnandi: Að setja hinn litla hamarinn í gang

Þátttakendur svara með því að slá á vinstra læri með vinstri hendi (halda áfram að slá með þeirri hægri).

Þessu er síðan haldið áfram eins og hér segir:

Stóri hamarinn í gang: Stappa með hægri fæti.

Hinn stóri hamarinn: Stappa með vinstra fæti.

Að setja stærsta hamarinn í gang: Þátttakendur standa upp og setjast til skiptis.

Þegar hér er komið eru allir á fullu og þá koma ný skilaboð.

Þátttakendur: Hvaða skilaboð?

Stjórnandi: Að hætta þessari vitleysu!

Heimild: Sr. Ingimar Ingimarsson kenndi umsjónarmanni Leikjabankans þennan leik á leikjanámskeiði árið 1992.

Æstar blöður

Markmið: Hópstyrking, samvinna, hreyfing.

Gögn: Blöður og skeiðklukka.

Aldursmörk: Frá 5 ára.

Leiklýsing: Keppni milli hópa. Hóparnir skiptast á að spreyta sig. Hver þátttakandi fær eina uppblásna blöðru. Þegar merki er gefið hendir hver sinni blöðru upp í loftið. Markmiðið er að halda blöðrunum á lofti. Á fimm sekúndna fresti bætir stjórnandinn nýrri blöðru í loftið. Hópurinn fær refsistig þegar blaðra kemur við gólfið og annað ef blaðran er ekki komin aftur í loftið innan fimm sekúndna. Stjórnandi tilkynnir hvert refsistig hátt og skýrt til að skapa spennu en hópurinn má einungis fá sex refsistig. Þegar hópurinn hefur fengið refsistigin sex stöðvar stjórnandi leikinn og hópurinn getur svo reynt að bæta met sitt í nýjum leik.

Útfærsla: Sjá hugmyndir á vefsíðunni: <http://wilderdom.com/games/descriptions/gamesballoons.html>.

Heimild: Daggrós Stefánsdóttir og Edda Rún Gunnarsdóttir fundu þennan leik á vefsíðunni Guide to Games & Activities with Balloons for fun, team building, & experiential learning. Sótt 17. janúar 2008 á <http://wilderdom.com/games/descriptions/gamesballoons.html>.

Fleiri góðir leikir

Skólaleikir Rúnars Sigríkssonar

Rúnar Sigríksson (1999) íþróttakennari hefur gefið út *Skólaleiki: Leikjakort*, safn leikja sem henta vel í skóla- og tómstundastarfi. Leikirnir í safninu eru valdir með hliðsjón af því að sem flestir geti tekið þátt. Þeir skiptast í boltaleiki, innileiki, sundleiki og útileiki. Leiklýsingarnar eru á litlum spjöldum (á stærð við bankakort), sem eru plasthúðuð og því aðvelt að hafa með sér þegar leiðbeina þarf um leiki.

Útileikir barna á tuttugustu öld

Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands gaf árið 2002 út leikjasafnið *Útileikir barna á tuttugustu öld*, safn leikja sem Þórey Guðmundsdóttir, fyrrverandi lektor við Kennaraháskólann, tók saman. Safninu fylgir myndband með nokkrum leikjanna. Í þessu safni heldur Þórey til haga mörgum af gömlu, góðu leikjunum, eins og *fram, fram, fylking, bimm, bamm, bimm, bamm, að hlaupa í skarðið, fallin spýta, saltabrauð, útilegumannaleik, brenniboltaleik, hollí hú* og *yfir*, svo fáir leikir séu nefndir. Í safninu er líka lýsing á teygjutvisti, mjög góðum hreyfileik sem oft hefur sést á leikvöllum á undanförunum árum. Einnig lýsir Þórey nokkrum Parísarleikjum. Þetta eru aðeins nokkur dæmi um leiki í þessu ágæta safni sem ætti að vera til í öllum skólum og fristundaheimilum.

Innileikir – hreyfileikir

Árið 1987 gaf Þórey Guðmundsdóttir lektor við Kennaraháskóla Íslands út bókina *Innileikir – hreyfileikir*. Í þessari bók eru margir góðir leikir sem krefjast lítils undirbúnings og hægt er að fara í inni. Leikjunum er skipt í flokka eftir því hvernig þeir henta nemendum á mismunandi aldri.

Leikjabókin

Námshagnastofnun gaf árið 1995 út *Leikjabókina* í samvinnu við menntamála-ráðuneytið. Höfundar eru Hörður G. Gunnarsson og Páll Erlingsson. Í bókinni eru einfaldir og aðgengilegir inni- og útileikir ásamt nokkrum gömlum og góðum leikjum.

Leikir á Netinu

Mikið efni um leiki er að finna á Netinu. Hér eru nokkrar áhugaverða slóðir.

- Leikjabanki Baldurs Þorsteinssonar www.leikjabankinn.is/
Íslenskur leikjavefur.
- Leikir í Vefbanka Valla - www.vefbankivalla.is/leikir.html
Í Vefbanka Valgeirs Gestssonar (<http://www.ismennt.is/not/valli/Vefbanki/>) er margt gagnlegt efni fyrir kennara. Þar er m.a. sérstök leikjasíða:
www.ismennt.is/not/valli/Vefbanki/leikir.html
- Leikjavefur Bókasafns Garðabæjar - www2.gardabaer.is/bokasafn/leikir.htm
Skemmtilegt krækjusafn.
- Games Kids Play - www.gameskidsplay.net/
Leikjavefur með ýmsum barnaleikjum.
- PE Central – www.pecentral.org/
Vefur fyrir íþróttakennara og aðra sem láta sig varða heilsurækt og uppeldi.
- Room 108 / Herbergi 108 - www.netrover.com/~kingskid/108.html
Leikjavefur John Ricley: Sögur, söngvar, leikir, þrautir, stærðfræðiverkefni, náttúrufræði, verkefni tengd listum o.fl. o.fl.
- www.sjovide.dk
Mjög skemmtilegur danskur leikja- og tómsundavefur.
- www.streetgames.co.uk
Breskur útileikjavefur.

Heimildir

Arna Björk Árnadóttir og Sigurlaug Lára Ingimundardóttir. (e.d.). *Leikjahandbók Íþróttá- og tómstundasviðs Reykjavíkurborgar*. Reykjavík: Íþróttá- og tómstundasvið Reykjavíkur.

Elín Elísabet Jóhannesdóttir. (2003). Spor 3: *Lífsleikni fyrir 3. bekk*. *Kennsluleiðbeiningar*. [Vefútgáfa.] Reykjavík: Námsgagnastofnun. Sjá á þessari slóð: http://www.nams.is/lifsleikni/spor_3_klb.pdf.

Guide to Games & Activities with Balloons for fun, team building, & experiential learning. Sótt 17/10 2008 á <http://wilderdom.com/games/descriptions/gamesballoons.html>.

Hörður G. Gunnarsson og Páll Erlingsson. (1995). *Leikjabókin*. Reykjavík: Námsgagnastofnun.

Leikjabankinn – Leikjavefurinn. (2007). Sótt 3/6 2007 á <http://www.leikjavefurinn.is>.

Luvmour, J. og Luvmour, S. (1990). *Everyone wins! Cooperative games and activities*. Philadelphia: New Society Publisher.

Rúnar Sigríksson. (1999). *Skólaleikir: Leikjakort*. Akranes: Höfundur.

Pórey Guðmundsdóttir. (1987). *Innileikir – hreyfileikir*. Reykjavík: Höfundur.

Pórey Guðmundsdóttir. (2002). *Útileikir barna á tuttugustu öld*. Reykjavík: Rannsóknarstofnun Kennaraháskóla Íslands.