



FINLANDS SVENSKA 4H

# 4H Klubbledare lektips

# INNEHÅLL • LEKTIPS

**Presentera en kompis**

**Garnnystanet**

**Ställa sig på led**

**Sheriffen**

**Ett ord i taget**

**Eget bo, grannens bo**

**Politiker**

**Kasta gris**

**Hela havet stormar**

**Rumpdans**

**Skepp i hamnen**

**Min mening**

**Akta väggen**

**Superbroiler**

**Jag gillar**

**Duellen**

**Skoaffären**

**Tävla mot dig själv**

**Båten i hamn**

**Ballongvolleyboll**

**Organisationen**

**Kasta näsa**

**Svansleken**

**General och spion**

**Evighetsstafett**

**Slabadam**

**Styrbord, babord**



## 1. Presentera en kompis

Deltagarna delas in i par. I paren ska de nu berätta om sig själva för den andra. Man kan ha färdiga frågor att utgå ifrån som till exempel fritidsintressen, favoritmat, framtidsplaner osv. Sedan samlar man alla deltagare igen och då får de presentera sitt par.

## 2. Garnnystanet

Alla deltagare står i en ring och lekledaren börjar med att vira in någon kroppsdel (ex. arm eller ben) fyra varv med ett garnnystan samtidigt som denne säger sitt namn flera gånger. Lekledaren lämnar över garnnystanet till följande deltagare i ringen och denne får nu vira in lämplig kroppsdel och säga sitt namn. Därefter går både deltagaren och lekledaren fram till en annan deltagare i ringen och överlämnar garnnystanet. Man fortsätter så här tills alla deltagare är invirade, då gör man om allt baklänges tills alla har trasslat ut sig.

## 3. Ställa sig på led

Ledaren bestämmer fritt vad som ska avgöra den ordning som deltagarna ska ställa sig efter. Det kan vara skonummer, födelsedag, längd, flest syskon, högst gatunummer sist, lägst slutsiffra i telefonnumret, alfabetisk ordning enligt för- eller efternamn, eller annat.

Utför en provomgång där uppställningen görs med tillåtet prat. Gör sedan om samma sak under tystnad.

Följ upp med en diskussion om olika sätt att kommunicera.

## 4. Sheriffen

Eleverna står i en cirkel. En sheriff i mitten pekar på en elev som duckar. De elever som står närmast den som duckar skall så fort som möjligt säga den andres namn. Vinnaren får komma in och byta plats med sheriffen. Lägg vid behov till fler sheriffer.

## 5. Ett ord i taget

Passar bra för 5–15 deltagare.

Gruppen står i en tät ring där alla kan se varandra. Uppgiften är att bilda meningar tillsammans. Varje person får säga ett och endast ett ord. En person börjar och sen fortsätter man medsols i ringen. Ibland blir det lösryckta meningar, man kan försöka få det till en liten historia. Uppmana deltagarna att inte tänka så mycket utan säga det första som kommer upp. Här gäller det att var och en utgör en liten byggsten som med hjälp av de andras byggstenar bildar en mening. Därför är inte det viktigaste vad just en enskild person säger utan gruppens samarbete.

## 6. Eget bo grannens bo

Be deltagarna ställa sig i en ring och peka försiktigt uppåt med sitt högra pekfinger. Be därefter deltagarna forma vänster hand som ett "bo", handen formar ett "o" med tumme mot pekfinger. Ledaren kommer att säga/ropa fyra olika kommandon: eget bo!, grannens bo! upp! och fast!

När ledaren säger eget bo! ska deltagarna sätta sitt högra pekfinger i sitt eget bo (vänster hand). Därefter säger ledaren upp! och deltagarna höjer sitt pekfinger igen. På kommandot grannens bo! ska deltagarna sätta sitt pekfinger i grannen till högers bo. Ledaren kan välja att säga upp! igen eller använda kommandot fast! Då ska deltagarna göra två saker samtidigt, de ska få upp sitt pekfinger ur grannens bo och samtidigt försöka knipa fast det pekfinger som finns i eget bo. Om deltagaren lyckas med att inte bli fast i grannens bo får man stå kvar i ringen, de deltagare som "fastnat" får gå ut ur ringen. Därefter kör övningen igång på nytt och fortsätter tills endast en deltagare är kvar.

Övningen är rolig och uppskattad av deltagare!



## 7. Politiker

Dela ut en piprensare (eller säkerhetsnål eller något annat som man lätt och synligt kan sätta fast på kläderna) till alla i sällskapet.

När alla anlänt eller satt sig vid bordet, äskar du tystnad och håller ungefär följande lilla tal:

“Som ni alla vet har politiker ju svårt för att ge raka besked, och ikväll ska ni få chansen att förbereda er inför en politisk karriär. Man vet ju aldrig var man kommer att hamna i livet! Därför är från och med nu två ord FÖRBJUDNA, nämligen orden JA och NEJ. Ni övertar motståndarens piprensare så snart han eller hon till er yttrar någotdera av de förbjudna orden. Tävlningen går ut på att samla ihop så många piprensare som möjligt.

Omskrivningar som “Självklart”, “Sällan”, “Det tål att tänkas på”, “Absolut inte” och så vidare är godkända, men i samma ögonblick som antingen JA eller NEJ slinker ur en person har denna förlorat en av sina piprensare. Skulle du själv bli av med dina eller dina piprensare får du använda orden igen - men så snart du erövrat en ny piprensare måste du vakta din tunga igen! Klockan X kommer den bästa politikern, dvs den som erövrat flest piprensare, förklaras som vinnare och ett pris kommer att överräckas!”

## 8. Kasta gris

Deltagarna står i en ring och kastar en boll mellan sig. Det gäller att fånga bollen och inte tappa den. Skulle man tappa bollen eller misslyckas att fånga den får man första gången bokstaven G. Andra gången man tappar den får man bokstaven R sedan I och slutligen S. När man missat bollen fyra gånger är man ute ur leken. Den som är kvar till sist har vunnit.

## 9. Hela havet stormar

Precis som i vanliga hela havet stormar har man två led med stolar som står rygg mot rygg, en stol färre än vad det är deltagare i leken. Precis som vanligt går deltagarna i cirkel runt stolarna när man spelar musik på en cd spelare, precis som vanligt ska alla sätta sig på en stol när musiken stannar.

Det är nu det blir annorlunda. Istället för att någon blir utslagen är alla hela tiden med i leken även om man blir utan egen stol, man tar endast bort en stol efter varje uppehåll! Målet är att alla ska få plats på allt färre antal stolar. Så det är bäst att se till att de sista stolarna är väldigt stabila!

## 10. Rumpdans

Alla dansar till musik, när ledaren stänger av musiken och det blir tyst skall alla sätta sig på golvet. Den som blev sist får ställa sig vid sidan av. Endast dans stående (ej hukande eller liknande), de som tjuvstartar, alltså är på väg att sätta sig innan det är tyst, är ute. Håll tempot relativt högt. Då funkar det helt ok även om det är många barn. Jag har testat med drygt 30.



## 11. Skepp i hamnen

Denna lek kan vara väldigt lyckad och samtidigt ytterst irriterande (på ett festligt vis) för dem som inte lyckas så bra. Den har emellertid ett par begränsningar: Den går inte att leka mer än en gång i ett och samma sällskap och den kräver att flera av festdeltagarna, helst en majoritet, inte har en aning om hur den går till.

Du behöver varken rekvisita eller hjälpmedel. Berätta för dina vänner att du är chef över en liten hamn och de är alla ägare till varsin liten båt. Du, som hamnchef, kommer bara att tillåta båtar med en viss sorts last att komma in i hamnen. Och det är dina vänners uppgift att lista ut vilka laster som tillåts!

De flesta kommer säkert att se ut som levande frågetecken i början, men när man spelat ett tag kommer fler och fler att komma på knepet - alltmedan några stackare grubblar så det knakar utan att förstå ett smack...

Hemligheten är nämligen att du bara släpper in båtar som är lastade med gods som börjar på samma bokstav som båtägarens namn! Till exempel - kommer Pias båt lastad med papegojor släpps den in. Lastar Ove däremot sin båt med papegojor blir det kalla handen.

Festdeltagarna får försöka komma in med sin båt i tur och ordning och man fortsätter till siste man kommit på tricket - eller gett upp...

Även de som knäckt koden fortsätter att spela, som en slags ledtråd för de övriga. På så vis "avslöjar" man också dem som kommer in med sin båt på ren tur och egentligen inte har en aning om varför båten släpptes in.

## 12. Min mening

Förbered leken genom att skriva alla bokstäver i alfabetet på lappar eller använd bokstavsbrickorna i ett Alfapetspel.

Varje deltagare, eller lag om man så vill, får ta fem lappar. Sedan gäller det att skapa en begriplig mening med fem ord i där bokstavslapparna bestämmer bokstäverna som orden ska börja på.

T.ex, får man upp bokstäverna B H S P M kan man få ihop Blå Hundar Skäller På Månen. Här kan man ännu försöka visa och gestikulera rörelser till orden.

Man kan ha reglerna att bokstäverna måste användas i den ordning de dras eller att alla använder samma bokstäver. Det går förstås att använda hur många bokstäver man vill.

Leker man denna under julen, skall meningarna handla om julen

## 13. Akta väggen

Deltagarna delas in i två lika stora lag. Deltagarna står vid en startlinje på led i sina lag i riktning mot en vägg. Avståndet till väggen kan vara 4-5 meter.

De två första i varje lag får en ögonbindel. På startsignal börjar båda samtidigt gå mot väggen med händerna på ryggen. Nu gäller det för dem att komma så nära väggen som möjligt utan att nudda den. När en deltagare tror sig kommit så nära som möjligt stannar man. När båda stannat tas ögonbindlarna av och man kontrollerar vem som står närmast. Den som står närmast får en poäng till sitt lag. Sedan gör övriga i lagen likadant. Laget med mest poäng vinner.



## 14. Superbroiler

En duell lek där striderna avgörs med hjälp av "sten sax påse". Alla deltagarna börjar som ägg, när man stöter ihop med en annan kyckling gör man sten, sax, påse för att avgöra vem som går upp till nästa nivå. Vinnaren i duellen "utvecklas" till en ynklig kyckling, hoppar omkring på huk och piper. Vinnaren av duellen kyckling mot kyckling utvecklas till en höna och flaxar omkring med armarna och låter som höna [b'waaak, b'waaaak]. När två hönor stöter ihop blir det en ny duell där vinnaren "utvecklas" till en tupp. Tuppen hoppar vilt omkring och galer "Kuckelikuuu!". När två tuppar möts upprepas duellmomentet och vinnaren där uppnår det slutgiltiga stadiet, superbroiler. Superbroilern flyger ut ur leken med armarna likt supermannen.

## 15. Jag gillar

Alla sätter sig på en stol i en ring. En person står inne i ringen. Personen inne i ringen inleder leken med att t.ex. säga: "Jag gillar att sjunga". Samtliga som samtycker med påståendet byter stol. Personen inne i ringen försöker samtidigt hinna ta en ledig stol. Den som blir utan stol att sitta på är nästa i tur att ställa sig i mitten och säga ett påstående.

Variation till övningen kan vara att personen i mitten av ringen säger "jag gillar inte..."

## 16. Duellen

Deltagarna delas in i två lag. Två ledare håller upp ett lakan mellan sig och på vardera sida om lakanet står de två lagen i varsitt led. När ledarna fäller ner lakanet ska de två deltagare som står öga mot öga med varandra ropa den andras namn så snabbt som möjligt. Den som först hinner ropa motståndarens namn vinner över denne på sitt lag. Sedan lyfter ledarna upp lakanet igen och lagen skapar ett nytt led med en annan deltagare som står längst fram. Om deltagarna som står främst inte kommer på varandras namn får lagen hjälpa till. Man fortsätter tills ett lag har fått över alla deltagare på sin sida.

**Tips:** Denna lek är inte lämplig att leka som första namnlek. Däremot är det ett bra sätt att repetera in nya namn.

## 17. Skoaffären

Börja leken med att alla deltagarna lägger sina skor i en stor hög i mitten av rummet, går tillbaka.

Ledaren binder sedan för ögonen på deltagarna och blandar skorna.

På ett tecken skall deltagarna nu snabbt leta rätt på sina egna skor, sätta dem på sig och springa tillbaka till sitt hörn.

Deltagarna ska utan att se leta reda på sina egna skor från högen.



## 18. Tävla mot dig själv

Välj en rutt (på gården, i skogen) som ni först går tillsammans. Har du möjlighet och tid kan du också markera rутten med flaggor eller band.

Starta deltagarna och ta tid på deltagarna när de springer eller går sträckan. Något senare skall deltagarna göra samma sträcka på samma tid de hade förut. Den vinner som kom närmast sin förra tid.

Denna tävling passar för alla, men poängtera att man skall ta sig fram i en takt som är lämpligt för sig själv. Deltagarna får inte ha på sig klockor under tävlingen.

En lek där man ska göra en rutt två gånger och försöka utföra rутten på så lika tider som möjligt.

## 19. Båten i hamn

Alla utom två personer sprider ut sig i rummet och står stilla (livbojar). De andra två ställer sig på varsin sida av rummet. Den ena (båten) får ögonbindel. Båtens uppgift är att ta sig över havet med livbojar till sin vän (hamnen) utan att vidröra livbojarna. Så fort båten närmar sig livbojen ger den ifrån sig ett ljud (pip, pip) för att båten ska kunna gå en annan väg. Hamnen får också ge ifrån sig ljud så att båten vet var målet är.

## 20. Ballongvolleyboll

Deltagarna delas in i två lag som lägger sig ner på golvet på rygg bredvid varandra. Lagen skall ligga med fötterna tryckta mot motståndarnas fötter. Lekledaren börjar med att kasta in en ballong. Nu gäller det för lagen att försöka slå ballongen så att den träffar golvet bakom motståndarna, men man får bara använda händerna. Varje gång detta lyckas får man poäng. Vanliga volleybollregler gäller inte!

**Tips:** börja med en ballong, men efterhand kan man kasta in flera ballonger.

## 21. Organisation

Samla alla dina deltagare på en linje. Ledaren ger sedan order om hur gruppen skall organisera sig, t.ex. "längst står först", "yngst står först" eller enligt förnamn: Anna först & Örjan sist, efternamn: Öberg först & Ahl sist. Variera på olika sätt men se samtidigt till att alla deltagare är aktiva hela tiden. Organisera gruppen enligt givna direktiv.

## 22. Kasta näsa

Stå ganska långt ifrån varandra på en grusplan.

Var och en ritar en ring runt sina fötter (bo).

Först börjar man med att kasta en pinne mot grannens bo. Landar pinnen i boet drar man en linje längs med pinnen och kapar en bit av motståndarens bo. Då suddas denna bit ut. Hamnar pinnen utanför boet ritar man en näsa ut från boet och runt pinnen, d.v.s. motståndarens bo växer.

Målet är att få ett så stort bo som möjligt.

Bestäm hur lång tid ni ska leka eller hur många varv ni kör.

En lek där ni turvis kastar en pinne för att försöka förstora det egna boet.

## 23. Svansleken

Alla deltagare får en svans som de fäster genom att sticka in den bak i byxlinningen.

På ett givet kommando skall alla försöka fånga så många svansar som möjligt, samtidigt som man måste akta sin egen svans.

Man får inte ta någon svans om en person just håller på att fästa svansen vid sitt bälte. Den som har fångat flest antalet svansar har vunnit.



## 24. General och spion

**Förberedelser:** Spelplanen är en stor yta (gärna med skog eller hinder att smyga kring). General och spion är ett slags kull där man är indelade i två lag. Vardera laget har ett eget fängelse. Leken passar lite äldre elever (från åk 5 uppåt). Lämplig gruppstorlek är 12-20 personer delade i två lag.

**Instruktioner:** Deltagarna i båda lagen blir tilldelade en militärgrad (en lapp). Det är viktigt att man inte avslöjar för motståndarna vilken grad/poäng man fått, men inom laget skall man visa och diskutera taktik innan leken startar.

Alla smyger runt och jagar alla. När någon blir fasttagen visar båda upp sina lappar. Den som har högst grad/poäng tar den andra tillfånga och lägger den i lagets fängelse. Motståndarlaget kan befria en lagkamrat åt gången genom att ta sig till fängelset utan att bli fasttagen. Då får man föra fången i säkerhet, ingen får ta fast paret förrän de tagit sig över halva spelplanen.

Det finns två i varje lag som är särskilt viktiga: generalen och spionen. Generalen för att han har högst grad/poäng och spionen för att han är den ende som kan ta generalen. Leken går ut på att laget skall ta fast motståndarlagets general. När den ena generalen är tillfångatagen av motståndarlagets spion är leken slut.

Det gäller alltså att skydda sitt lags general och spion. Det kluriga med leken är taktiken. Hur ska man skydda sin general och spion så ingen anar vem som är vem?

## 25. Evighetsstafett

**Förberedelse:** Ställ ut fyra koner i en kvadrat (eller cirkel), och två vid startplatserna.

Dela upp deltagarna i två grupper (lag)

Lagen skall ställa sig i kö vid startkonerna.

Vid startskottet löper den första från båda lagen ett varv runt planen, rör vid nästa deltagare som då får löpa.

Stafetten håller på ända tills det ena laget springer fast det andra.

Lagstafett runt planen där man försöker vara snabbare än det andra laget.

## 26. Slabadam

**Förberedelser:** Utse ett lekrområde där deltagarna får springa fritt. Instruktioner: Alla springer fritt runt på det utsedda området. När lekledaren ropar Slabadam skall alla fort hitta en kompis att ställa sig rumpa mot rumpa med. När alla hittat ett par får man vända sig om och berätta/visa något åt sin kompis.

- Namn + rörelse, båda upprepar rörelsen och säger den andres namn
- Något man tycker om att göra på sommaren/vintern
- Annat förslag

Uppmuntra gärna deltagarna till att ta ett nytt par varje gång och alltid den som är nära. Upprepa leken några gånger. Ifall gruppen är udda antal kan lekledaren vara med så det alltid blir jämna par.

Förslagsvis kan man utnyttja leken som en parindelning för fortsatta övningar.



## 27. Styrbord babord

Dela in ett rum likt en båt, så att en vägg blir för och väggen mittemot är akter. De två sidoväggarna bildar babord respektive styrbord.

En ledare ropar ut olika ord och deltagarna skall så snabbt som möjligt göra något av följande:

- Styrbord: Springa till styrbordsväggen.
- Babord: Springa till babordsväggen
- Fören: Springa till förväggen
- Akter: Springa till akterväggen
- Kapten kommer: Ställa sig i ett led framför ledaren och göra scouthälsningen
- Bommen kommer: Lägga sig ner på marken
- Hajarna kommer: Hoppa så att hajarna inte biter dig
- Alle man i livbåtarna: Alla sätter sig två och två och låtsas ro.

För de som gillar tävling så kan man lägga till att den person som är sist åker ut. Siste person kvar har vunnit.

