**Materiale fra Workshoppen;**

 **”Levende Legekultur,” til Idrætslærernes forum 2019.**

***En levende legekultur:*** *Legen byder ind til fællesskab - den skaber glæde og trivsel, hvorfor det er vigtigt at motivere og inspirere til leg. I legen arbejder vi med elementerne interaktion, kommunikation, samarbejde og kreativitet, og berører alle tre dele af sundhed – både det fysiske, det psykiske og det sociale. Få inspiration til en række forskellige fælles lege - alle regelstyrede fysiske lege. Vi tager primært fokus på indskolingen – men legene kan bruges til alle aldersgrupper.*

*Fokus punkter:*

Inkluderende fællesskab

Minimum af konkurrence

Sundhed / Bevægelse

Interaktion

Kommunikation

Samarbejde

Kreativitet

*Metoden:*

Vi leger stort set alle lege med alle målgrupper, men tilpasser dem!

Når vi leger bygger vi legen op og dermed kan vi lege samme leg i mere end 15 min!

*Gode råd:*

Lav hele lektioner kun med leg!

Vælg et tema ud f.eks. bold eller samarbejde!

Den danske Legekultur – Kulturarv!

Motivere de ikke idrætsstærke med en mere legende tilgang.

Masser af gode lege med konkurrence element. Blot vær bevidst om hvad det giver når man har konkurrence element med!

***Dagens Indhold:***

Kaosleg Tænk på en person på den anden side af rundkredsen

Fang Knæ & Kram

Hvad er deres egen yndlings leg?

Hvordan leger de i idrætstimerne?

*Kredslege*

Kispus Først bytte plads og hilse på hinanden

 Fanger i midten, som kan fange en når man bytter plads

 2 sammen og fanger i midten + lave bevægelser i stedet for at vinke!

*Kamplege*

Kamplege 2 & 2: Klask Hænder + armliggende

 Skubbekamp + skubbe fødder

 Lyssværd + dobbelt lyssværd

 Hanekamp

3 kants tagfat Fang dit idol ☺

Dragens Hale

*Væg til væg lege*

Klim Klem

Gå over Elven

Nat & Dag

Mimetagfat (Kun gruppe nr. 1 nåede denne leg)

*Fangelege & Farlig Besøgslege*

Ræv og Ulv (Kun gruppe nr. 2 nåede denne leg)

*Spil*

Slå Munk

Tårnbold (Kun gruppe nr. 2 nåede denne leg)

Afslutning: - Hvilke 3 ting tager I med her fra?

 - Legens 10 egenskaber ☺