

BARNENS LEKAR

THE VIKING MUSEUM
WHERE MYTH MEETS TRUTH

Barnens lekar

Vikingatidens lekar var deras sätt att träna och med lekarna tränade man koordination och snabbhet för att öka sin skicklighet inför kommande strider. Lekarna är förstås inte bara bra för kropp och koncentration, de är också roliga.

DRA KAVEL

Två personer sitter på marken mittemot varandra, med fotsulorna mot varandra och böjda ben. Ta tag om varandras handleder för att få ett stadigt grepp, eller håll i en käpp (kaveln). Börja sedan att dra för att få den andre att lyfta rumpan från marken eller för att dra till dig käppen/kaveln.

KASTA SKINN

Stå allihop i en ring med en person i mitten. Ett föremål kastas från person till person i ringen. Det kan vara en bit skinn eller annat. Den som är i mitten ska fånga föremålet när det är i luften. Då byter den som har kastat och den som har fångat plats. Man slutar när man har tröttnat.

KUDDKAMP

Sitt mittemot varandra på en tjock stock som ligger en bit ovanför marken. Fötterna ska inte nå ner och underlaget ska vara så att man inte skadar sig när man faller. En tjockare madrass fungerar bra. Båda ska hålla i en eller två kuddar och sedan slå med kuddarna på den andre för att få den att ramla av stocken. Här gäller det att hålla balansen!

DRAGKAMP

Stå på varsin stubbe och håll ett rep mellan er. Dra så att den andre kliver av sin stubbe.

THE VIKING MUSEUM
WHERE MYTH MEETS TRUTH

Vikingaspökboll

En lek med boll och vikingar

REDSKAP

- Mjuka mellanstora bollar
- Bänkar
- Mattor

BESKRIVNING

- Två lag: ett lag är landvikingar och det andra skeppsvikingar.
- De två lagen ska kriga med varandra. Man krigar genom att kasta bollar på sina fiender. Träffar man en viking med en boll kommer de till Valhall. Den vikingen som är sist kvar blir vinnare för sig och sitt lag.

FÖRBEREDELSE

- Båten byggs av 4–6 bänkar som man lägger i en skeppsformation på golvet.
- Av mattor bygger man land "Lägret" där Landvikingarna bor. De kan vara längs med en vägg eller vara som bryggor.
- Roligast är om laget själva bygger sitt "läger"

SPELETS GÅNG

- Skeppsvikingarna kliver ombord på skeppet och utser en Valkyria. Landvikingarna gör samma sak, ställer sig i sitt läger och utser en Valkyria.
- Vikingarna kastar bollar och försöker träffa sina fiender.
- Valkyriorna är de enda som kan röra sig över land och hav. De är odödliga och kan inte bli träffade. De kan inte heller kasta på någon viking. Valkyriornas uppgift är att hämta bollar och träffade vikingar. Bollarna lämnas tillbaka till sina lag. Träffade vikingar hämtas av lagets egna valkyria. Dessa träffade hjälper sedan valkyrian med hens sysslor.
- Oden/Frigg (Idrottspedagogen) avgör:
- Vad som är giltiga träffytor på kroppen.
- Om studs räknas.
- Om man kan skjuta en viking från sitt eget lag
- Om man vill kan man lägga ut öar mellan landvikingarna och skeppsvikingarna för att möjligheten till invasion ska finnas.

THE VIKING MUSEUM
WHERE MYTH MEETS TRUTH