

BLÄCKFISKEN



typ	Rörelselekar
ålder	4 år och uppåt
deltagare	10 st och uppåt
utrustning	
tränar	Konditionen, Snabbhet
plats	Gymnastiksalen, Sportplanen

GÖR SÅ HÄR

1. Förberedelser

Alla samlas på ena kortsidan av planen. En "bläckfisk" står framför gruppen.

2. Lekens gång

På ledarens startsignal skall alla springa över till andra kortsidan. Bläckfisken får röra sig fritt på planen och kullar deltagarna. Blir man kullad blir man till "sjögräs" och måste stanna där man blivit kullad, man får svänga sig mot deltagarna. På ledarens signal skall de som nådde andra sidan springa tillbaka. Nu kan både "bläckfisken" och "sjögräset" kulla, "sjögräset" dock utan att flytta på fötterna. Eftersom det blir mera och mera "sjögräs" blir det svårare att ta sig igenom till andra sidan.