

Apberget

Regler

Bygg upp enligt spelplanen. Jag brukar säkra genom att binda ihop bänkarna och plintarna med hopprep. Lägg och sprid ut ärtpåsar under tjockmattan.

Välj ut tre stycken bollkallar, deras enda uppgift är att ge bollar till dem som sitter på mattan. Välj ut tre elever som är kastare och sitter på tjockmattan. Deras enda uppgift är att kasta bollar på dem som springer.

Dela in övriga elever i lag, cirka två elever i varje lag.

Den första i varje lag börjar springa, man springer in under tjockmattan utan att bli träffad av en boll och tar en ärtpåse sedan springer man tillbaka utan att bli träffad av en boll och lägger ärtpåsen i rockringen och sedan får nästa springa.

Om nästa springer och blir träffad av en boll på väg mot ärtpåsar går man direkt och byter med sin kompis.

Om nästa springer och lyckas ta en ärtpåse men blir träffad på tillbaka vägen så lägger man tillbaka ärtpåsen och går sedan och byter med sin kompis.

Bara rena bollar på kroppen räknas som träff, så studsar eller rullar bollen på en så kan man köra vidare.

Man får skydda sig med händerna, allt annat är träff det innebär att även huvudet är träff.

Är man under tjockmattan så kan man inte bli träffad, Kastarna på tjockmattan får inte luta sig fram över kanten och kasta. Risker är för stor att man glider ner och ramlar på någon.

För säkerheten säg till eleverna att ta det lite lugnt när man ska under tjockmattan så man inte slår huvudet i bänkarna.

När ärtpåsar är slut byter man kastare och bollkallar.