

# Brum Brum

## Regler

Brum Brum är som en stafett där man leker att pallplintarna är bilar. Ställ upp så många pallplintar du har och vänd dem upp och ner enligt spelplanen. Mitt emot varje pallplint lägger man en rockring med 15 ärtpåsar i.

Dela sedan upp eleverna i lag, ett lag bakom varje pallplint. Den första börjar köra genom att skjuta plinten framåt till andra sidan när plinten nuddar rockringen så lägger man i en ärtpåse sedan kör man tillbaka plinten och växlar med nästa i ledet. När laget har hämtat alla 15 ärtpåsar och är tillbaka där de startade ifrån så sätter de sig ner.

## Utveckling av leken

Vill man att eleverna ska träna mer samarbete så kan man låta en elev i laget sitta i plinten och sedan ska de andra dra plinten ner till ärtpåsarna och sedan tillbaka, när man kommer tillbaka så byter man personen i mitten med någon annan i laget.

## Instruktioner

Var noga med att eleverna som skjuter på plinten tittar upp så att de inte kör in i andra grupper. När man växlar med kompisen bör man ha en linje så att inte man kör in i fötterna på dem som väntar på plinten.

## Syfte

Att träna på att samarbeta, följa instruktioner och regler. Träna styrka i framförallt benen.