

# **Pansarboll**

## **Regler**

Dela in gruppen med cirka 4 personer i varje lag. Varje lag utom ett av lagen får en tunnmatte. Laget utan tunnmatte får en boll.

Sedan gäller det för laget med boll att passa varandra och försöka träffa någon person bakom tunnmatte. Om man träffar en person bakom matte så byter hela gruppen bakom matte plats med gruppen som kastade.

De som kastar får endast springa när de inte har boll. Den som håller i bollen får inte springa bara kasta eller passa.

Om man är stora grupper kan man köra med två lag som inte har någon matte. Jag brukar då låta lagen ha en boll var med olika färger. Det ena laget får inte röra andra lagets boll utan bara köra med sin egen boll.

Lagen bakom tunnmatterna håller i i mattekanten, de får duka och gömma sig bakom matte och sitta ner och försöka skydda sig, det är också ok att sparka iväg en boll som kommer mot matte. Om man sparkar till matte så att bollen träffas av matte.

Det man inte får göra med matterna är att springa och knuffa andra grupper eller knuffa på de som har bollen.

Leken går ut på att de som har boll ska träna på att hitta rätt positioner för att bäst kunna träffa motståndarna och fatta beslut om vad som är bäst att kasta eller passa.

Lagen bakom tunnmatterna tränar på att röra sig rätt i förhållande till bollen, det vill säga hitta bästa platsen för att inte bli träffad.

Kör man med två grupper med boll så får båda grupperna träffa vilken matte som helst.

Det är alltså eleverna bakom matte man ska träffa inte själva matte.