

Mattboll

Regler

Lägg ut fyra stycken tunnmatror "se bilden". Lägg ut 12-16 mjuka bollar på mittlinjen. Dela in klassen i två grupper/lag.

Varje lag väljer ut två personer som står på mattorna på motståndarens sida som blir bollfångare.

När det är klart kan man starta leken. Vid startsignal står eleverna som inte är fångare uppställda på en rad med lika stort avstånd fram till bollarna i mitten. Man kan ställa eleverna vid kortväggen bakom mattorna. När starten går springer man fram till mitten och tar upp bollar. När man tagit upp en boll så får man inte gå med bollen. Man får bara hålla i en boll åt gången. Man ska då försöka kasta bollen till sin fångare som står på mattan. Tar fångaren lyra så går man till den mattan och hjälper till att vara fångare. Det lag som först lyckas få alla sina lagkompisar till någon av mattorna har vunnit och leken är slut.

Man måste ta lyra, bollen får inte studsas i golvet, tappar fångaren bollen så räknas inte det som lyra. Fångarna får ha ett ben utanför mattan men minst en fot på mattan. Hoppar fångaren så måste man landa på mattan med minst en fot i mattan.

Taktiken ligger i att ha några i laget som står framför motståndarnas mattan som täcker och försöker hindra bollar att nå fram till fångarna, men också att se när det är läge att själv kasta, för alla i laget ska över till någon av mattorna på andra sidan för att man ska vinna.

Man får inte kliva över mittlinjen eller ta bollar från andra lagets sida. Man springer bara över mittlinjen till mattan när man lyckas kasta en boll som fångaren lyckats ta lyra på. Om fångaren håller en boll på mattan oavsett om man tagit lyra eller inte så kan fångaren antingen bara släppa ut bollen eller försöka kasta eller rulla den till något i sitt lag. Man får som utespelare inte peta eller rulla fram bollar mot mittlinjen utan man ska ta upp bollen och kasta därifrån den ligger. Yngre elever i år 1-2 kan få gå med bollen fram till mittlinjen och kasta därifrån om det blir för svårt.