

## Dela in i par med kottens hjälp och kottförflyttning

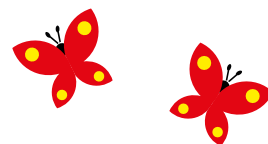


**Årskurs:** Förskola, 1-3 och 4-6

**Ämne:** Idrott och hälsa

**Material:** Tallkottar, minst en kotte per person

**Tidsåtgång:** ca 10 minuter



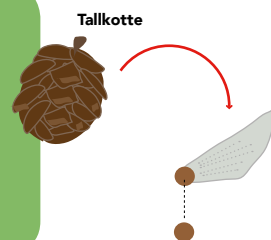
**Koppling till centralt innehåll i grundskolans kurser finns i slutet av denna övning.**

**Genomförande:** Ett gäng tallkottar kan enkelt hjälpa till att dela in elever i grupper om två. Befinner sig gruppen i ett område är det finns tallar och tallkottar, låt gruppen själva få leta reda på en tallkotte var. Om inte, kan den som leder övningen ha med sig en påse med tallkottar där deltagarna får välja en kotte var. Låt eleverna få hitta en kompis som har en kotte som liknar dennes egna tallkotte. På detta sätt bildas slumpmässiga lag om två. Är elevgruppen ojämn till antal kan ett lag med tre bildas.

Varje grupp ska nu välja en kotte som ska användas till övningen. Den andra kotten hålls kvar i handen. Eleverna ska nu förflytta sig från en plats till en annan medan de har sin kotte fastklämd mellan överarmarna mot varandra. De får inte hålla i kotten på annat sätt än att den kläms fast mellan elevernas överarmar. Här krävs samarbete för att kotten inte ska tappas. Tänk på att inte lämna tallkottarna i skogen om ni har med egna tallkottar utan ta med dem hem igen.

## Om talkotten

Det tar ca 2,5 år från blomma till färdig talkotte. Det finns han- och honblommor på samma tall. När kotten öppnar sig och släpper ut sina frön kallas att den klänger.



## Koppling till centralt innehåll i grundskolans kurser

### Förskola

- Förskolan ska ge varje barn förutsättningar att utveckla (Lpfö18)
- förmåga att fungera enskilt och i grupp, samarbeta, hantera konflikter och förstå rättigheter och skyldigheter samt att ta ansvar för gemensamma regler.
- motorik, koordinationsförmåga och kroppsuppfattning samt förståelse för hur viktigt det är att ta hand om sin hälsa och sitt välbefinnande.

### Åk 1-3

- Kursplaner för grundskolan (Lgr11: Åk1-3):

**Idrott och hälsa:** Centralt innehåll

#### Friluftsliv och utevistelse

- Lekar och rörelse i natur- och utemiljö.

### Åk 4-6

- Kursplaner för grundskolan (Lgr11: Åk4-6):

**Idrott och hälsa:** Centralt innehåll

#### Friluftsliv och utevistelse

- Lekar och andra fysiska aktiviteter i skiftande natur- och utemiljöer under olika årstider.