

# LEKER OG AKTIVITETER



## Østlige Afrika

BARNAS MISJONSPROSJEKT skoleåret 2022/2023



## Innhold

<b>Kudoda</b> .....	3
<b>Nyama-nyama-nyama</b> .....	4
<b>Stjel løvenes skatter!</b> .....	4
<b>"Kokkolo"</b> .....	4
<b>Kast i firkanten</b> .....	5
<b>Kushika fimbo</b> .....	5
<b>Kupasuka puto</b> .....	5

## Kudoda



Du trenger: 12 småstein, pluss en litt finere kastestein.

Dette er en lek for to eller flere spillere. Spillerne sitter i sirkel rundt en liten grop i bakken. Alle steinene, bortsett fra kastesteinen, ligger nedi gropen.

Den første spilleren starter med å kaste kastesteinen i luften. Før spilleren griper steinen igjen, må han ha flyttet en av småsteinene ut av gropen. Klarer han dette, får han forsøke igjen, helt til alle småsteinene er flyttet ut av gropen. Da kan spilleren starte på nytt, men denne gangen skal han flytte to og to steiner, til gropen er tom. Så skal han flytte tre og tre steiner, og så videre.

Når den første spilleren mister kastesteinen, eller ikke rekker å flytte småsteinene, er det nestemanns tur.

Denne leken finnes det mange varianter av.

## Nyama-nyama-nyama

Deltagerne sitter i en ring. Lederen starter leken med å si "Nyama, nyama, nyama". Deltagerne gjentar i kor: "Nyama!"

Deretter sier lederen navnet på et dyr. Dersom dette dyret kan spises, hopper deltagerne opp og sier "Nyama!" Nyama betyr "kjøtt" på swahili.

Ta utgangspunkt i dyr som er vanlig å spise i Norge. Eksempel: Ku, sau, gris, kylling og så videre. Dersom dyret ikke er vanlig å spise her, skal barna holde seg rolige. Eksempel: Øgle, katt, rotte, krokodille og lignende. Dersom et barn likevel sier "nyama" her, går barnet ut av leken. Den som blir igjen til sist, vinner leken.

## Stjel løvenes skatter!

Du trenger:

- Erteposer eller lignende. Sammenbrettede sokkepar kan for eksempel brukes.
- Bind for øynene til «løvene»

Denne leken passer for en større gruppe av barn. Fire av barna er "simba", som betyr «løve» på swahili. De andre barna er «Mtu» som betyr menneske. Målet for menneskene er å fange løvenes skatter (erteposene)

Tegn en sirkel midt på plassen til «skattene» og «løvene». Løvene får bind for øynene, og skal nå vakte skattene. Dersom et av menneskene blir tatt av en løve, er mennesket ute av leken. Barna som får tak i en ertepose, får være løve i neste omgang.

## Etiopisk ball-lek

Ballen lages av en sokk som fylles med filler og knyttes igjen i begge ender. Fest et tau til ballen. Ballen henges opp i et tre eller en horisontal stang. To eller flere deltakere står i ring rundt den. De skal slå ballen fram og tilbake mellom seg, og det er om å gjøre å treffe ballen så ofte som mulig. Den som har vært borti ballen flest ganger, har vunnet.

## "Kokkolo" (ligner på vår Boksen går)

En av deltakerne teller til 100 mens de andre gjemmer seg. Etterpå prøver den som teller å finne dem som har gjemt seg. Når han oppdager den første, roper han "første", løper bort til f.eks. en vegg og roper "kokkolo". Når han oppdager den andre, roper han "andre" osv. De som ikke blir tatt, kan løpe til veggen og rope "fri". Når en roper "fri", frigir han alle som er tatt, og leken begynner på nytt. Da skal den som teller (sammen person som sist) bare telle til 50 (deretter 40, 30, 20 og 10 de neste rundene). Når alle er tatt, skal den som ble tatt først i siste omgang stå.

## Kast i firkanten

Du trenger: 4 balltrær, 1 liten ball

Midt på banen tegner vi opp en firkant på 2x2 meter. Fire av deltakerne stiller seg opp med hvert sitt balltre, én på hver side av firkanten. De andre fire står omtrent 10 meter unna og forsøker å kaste ballen inn i firkanten. De første fire prøver å slå ballen vekk med balltreet. Hvis ballen havner i firkanten, bytter lagene plass. Ballen må imidlertid treffe firkanten i første sprett; hvis den ruller inn eller spretter inn etter først å ha vært i bakken utenfor firkanten, er kastet ugyldig. Man behøver ikke være 4 på hvert lag, man kan godt spille med 2 eller 3 spillere.

## Kushika fimbo (å grabbe pinnen)

To og to spiller sammen. Den ene holder en pinne, ca 30 cm, mellom hendene. Den andre står med hånden sin over pinnen, klar til å ta den når den andre slipper. Når pinnen slippes, gjelder det for den andre å ta den før den treffer bakken.

## Kupasuka puto (sprekke ballongen)

Alle som er med blåser opp en ballong som de knytter fast i en tråd. Den andre enden knyttes rundt foten. Nå gjelder det å få de andre ballongene til å sprekke, uten at din egen blir tatt. Om ballongen sprekker, går du ut av leken. Den som står igjen med en hel ballong til slutt, vinner.