

Koulurauha  
Skolfreden



Välitunteikkejä  
kouluihin  
Rastlekar för  
skolorna

Tämä on Hämeenlinnan Koulurauhatyöryhmän oppilaiden (Lammin lukio) kokoama vihkonen suosituista välituntileikeistä. Leikit sopivat mainiosti niin ala- kuin yläkouluihin. Välituntileikkejä voivat ohjata myös vanhemmat oppilaat, kuten koulujen tukioppilaat tai välituntileikittäjät.

Yhteisestä leikistä tulee hyvä mieli. Leikkiminen liikuttaa, niin fyysisesti kuin henkisesti. Leikkiminen kannattaa aina!

**Mukavia leikkihetkiä!**

---

Det här häftet med populära rastlekar är sammanställt av elever i skolfredsarbetsgruppen i Tavastehus. Lekarna passar utmärkt för både låg- och högstadiet. Rastlekarna kan också ledas av äldre elever, till exempel vänelever eller lekledare.

Gemensamma lekar gör oss glada. Att leka har effekter på både kropp och sinne. Att leka lönar sig alltid!

**Glada lekstunder!**

### **Koulurauha-ohjelma**

on Mannerheimin Lastensuojeluliiton, Poliisihallituksen, Opetushallituksen, Folkhälsanin ja Suomen Vanhempainliiton yhteinen ohjelma, jonka tavoitteena on kouluyhteisön hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistäminen. Jokaisella on oikeus käydä koulua rauhassa ilman pelkoa kiusaamisesta, syrjinnästä tai ulossulkemiselta.

Vuonna 2024 koulurauhatyötä tehtiin Hämeenlinnassa. Työryhmässä oli oppilaita ja opiskelijoita Lammin lukioista, litalan yhtenäiskoulusta, Seminarin koulusta, Miemalan koulusta ja Svenska Samskolan i Tammerforsista.

Lue lisää: [koulurauha.fi](https://www.koulurauha.fi)

### **Skolfredsprogrammet**

koordineras av Mannerheims Barnskyddsförbund, Polisstyrelsen, Utbildningsstyrelsen, Folkhälsan och Finlands Föräldraförbund. Syftet med programmet är att främja välbefinnande och trygghet inom skolgemenskapen. Var och en har rätt att gå i skola i fred utan att behöva vara rädd för att bli mobbad, utsatt för diskriminering eller lämnad utanför.

Under 2024 ägde skolfredsarbetet rum i Tavastehus. Arbetsgruppen bestod av elever och studerande från Lammin lukio, litalan yhtenäiskoulu, Seminarieskolan, Miemalan koulu och Svenska Samskolan i Tammerfors.

Läs mer på: [skolfreden.fi](https://www.skolfreden.fi)

## Kirkonrotta

1. Yksi pelaajista on kirkonrotta eli kirkkis. Hän kääntyy vasten puuta tai seinää, joka toimii pesänä ja laskee ääneen viiteenkymmeneen.
2. Kun kirkonrotta laskee, muut piiloutuvat.
3. Kirkonrotan tehtävänä on etsiä pelaajat ja huutaa heidän nimensä koskien samalla kirkonrotan pesään eli seinään. Jos kirkonrotta huutaa "Laura-rotta nähty", Lauran pitää tulla esiin ja jäädä pesään odottamaan.
4. Muut pelaajat voivat pelastaa itsensä juoksemalla pesälle ennen kirkonrottaa ja huutamalla "oma rotta pelastettu". He voivat myös pelastaa jo kiinni jääneet pelaajat huutamalla "kaikki rotat pelastettu". Tällöin pelaajat juoksevat uudestaan piiloihin, ja kirkkiksen on aloitettava etsintä alusta.
5. Leikki päättyy, kun kirkonrotta on löytänyt kaikki pelaajat, ehtinyt ennen heitä kotipesälle ja huutanut heidän nimensä.

## Kyrkråtta

1. En av deltagarna är kyrkråtta. Kyrkråtten vänder sig mot ett träd eller en vägg, som är boet, och räknar högt till femtio.
2. Medan kyrkråtten räknar ska de andra gömma sig.
3. 3Kyrkråtten har i uppgift att hitta de andra deltagarna, skynda tillbaka och ropa deras namn samtidigt som han eller hon rör vid boet, det vill säga väggen. Om kyrkråtten till exempel ropar "råtten Laura sedd" ska deltagaren Laura komma fram, ställa sig vid boet och vänta.
4. De andra deltagarna kan rädda sig själva genom att hinna fram till boet före kyrkråtten, och då ska de ropa "egen råtta befriad". De kan också befria de råttor som fångats in genom att ropa "alla råttor befriade". Då får deltagarna springa och gömma sig igen, och kyrkråtten börjar leta efter dem på nytt.
5. Leken är slut när kyrkråtten hittat alla deltagare, hunnit före dem till boet och ropat deras namn.

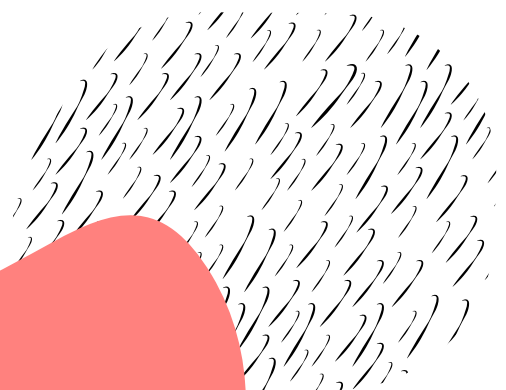


## Tervapata

1. Maahan piirretään ympyrä ja ympyrän kehälle jokaiselle leikkijälle oma paikka. Ympyrän keskelle piirretään pieni ympyrä, tervapata.
2. Leikkijät asettuvat omille paikoilleen, yksi jää kiertäjäksi. Kiertäjä lähtee kiertämään ympyrää ja pudottaa matkalla tikun jonkun pelaajan taakse.
3. Hän, jonka taakse kiertäjä pudottaa tikun, ottaa tikun maasta ja lähtee juoksemaan vastakkaiseen suuntaan piirin ympäri. Juoksijat kilpailevat siitä, kumpi ehtii ensin tyhjäksi jääneelle paikalle. Ilman paikkaa jäänyt jatkaa kiertäjänä.
4. Tervapataan piirin keskelle joutuu, jos ei huomaa taakseen pudonnutta tikkua eikä ehdi lähteä paikastaan siihen mennessä, kun kiertäjä on kiertänyt kierroksen. Tervapadasta pääsee pois, kun seuraava leikkijä joutuu sinne.

## Tjärbytta

1. En stor cirkel ritas på marken, och i utkanten av cirkeln ritas ett bo för varje deltagare. I mitten av cirkeln ritas en liten cirkel, tjärbyttan.
2. Deltagarna ställer sig i sina bon, utom en som får i uppgift att gå runt cirkeln med en pinne. Han eller hon ska plötsligt tappa pinnen bakom någon av deltagarna och fortsätta runt cirkeln.
3. Den som pinnen hamnat hos ska snabbt plocka upp den och springa runt cirkeln i motsatt riktning. Den som hinner tillbaka till det tomma boet först får ställa sig i det, och den som blir utan bo får gå runt med pinnen istället.
4. Tjärbyttan i mitten tillhör den deltagare som inte märker att pinnen lämnats bakom honom eller henne och inte lämnat sin plats innan den som lämnat pinnen hunnit ett helt varv runt. Man får lämna tjärbyttan om någon annan hamnar i den.

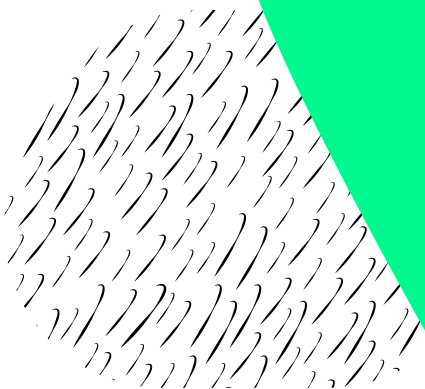


## Polttopallo

1. Maahan piirretään ympyrä ja leikkijät asettuvat ympyrän sisälle.
2. Valitaan yksi, joka jää ympyrän ulkopuolelle polttajaksi.
3. Pelin tarkoituksena on osua pallolla ympyrän sisällä oleviin leikkijöihin. Jos pallo osuu, leikkijä palaa ja hänestä tulee myös polttaja.
4. Leikissä on hyvä sopia aluksi säännöt, kuten mistä kehon alueista palaa ja mistä ei, onko pallon tultava suoraan ilmasta vai polttaako maan kautta tullut pallo.
5. Leikkiä jatketaan niin kauan, että kaikki ovat palaneet.

## Brännboll

1. En cirkel ritas på marken, och deltagarna ställer sig i den.
2. En av deltagarna stannar utanför cirkeln och ska "bränna" de andra.
3. Leken går ut på att kasta boll på deltagarna inne i ringen. Den som bollen träffar blir "bränd". De brända ställer sig utanför cirkeln och ska kasta boll på deltagarna som är kvar i ringen.
4. Innan leken börjar är det bra att komma överens om vilka regler som ska gälla, det vill säga vilka kroppsdelar som bollen måste träffa för att deltagaren ska bli "bränd" och huruvida bollen måste träffa direkt eller om den "bränner" även om den först studsar mot marken.
5. Leken fortsätter tills alla deltagare blivit brända.



## Peili

1. Yksi leikkijöistä on peili, joka seisoo selin muihin.
2. Muut leikkijät asettuvat lähtöviivalle ja yrittävät liikkua kohti peiliä. Etäisyys peilinä olevasta on noin 20 metriä.
3. Peili kääntyy silloin tällöin yllättäen liikkujiin päin. Jos hän huomaa jonkun liikkuvan, tämä joutuu palaamaan lähtöviivalle.
4. Hän, joka ehtii ensimmäisenä koskettamaan peiliä selkään ja huutamaan nimensä, on seuraava peili.

## Spegeln

1. En av deltagarna är spegeln, som står med ryggen vänd mot de andra.
2. De andra deltagarna ställer sig vid en startlinje och ska därifrån närma sig spegeln. Avståndet från startlinjen till spegeln ska vara ca 20 meter.
3. Spegeln ska då och då plötsligt vända sig, och då ska de andra stå still. Om spegeln hinner se att någon av dem rör sig ska den deltagaren gå tillbaka till startlinjen och börja om från början.
4. Den som först når fram till spegeln, rör vid spegelns rygg och ropar sitt namn får bli nästa spegel.

## Kuka pelkää mustekalaa

1. Leikissä valitaan yksi leikkijä mustekalaksi, joka asettuu kentän/leikkialueen keskelle. Muut leikkijät menevät leikkialueen toiseen reunaan.
2. Mustekala huutaa "kuka pelkää mustekalaa?", johon muut vastaavat "en minä ainakaan" ja juoksevat kentän toiseen reunaan.
3. Mustekala yrittää saada mahdollisimman monta kiinni. Kiinniotetuista tulee uusia mustekaloja. Vaikeammassa versiossa kiinnijäneet eivät saa liikkua omalta paikaltaan vaan koittavat kurottelemalla ottaa juoksijoita kiinni. Helpommassa versiossa kaikki mustekalat saavat liikkua.
4. Leikkiä jatketaan, kunnes kaikki on saatu kiinni.

## Vem är rädd för bläckfisken

1. En av deltagarna utses till bläckfisk och ställer sig i mitten av området där leken äger rum. De andra deltagarna ställer sig i ena änden av området.
2. Bläckfisken ropar "vem är rädd för bläckfisken?", de andra svarar "inte jag" och springer mot andra änden av området.
3. Bläckfisken försöker fånga så många som möjligt. Alla som fångats förvandlas till bläckfiskar. I en svårare variant av leken får dessa inte röra sig fritt, utan ska fånga in fler deltagare genom att sträcka sig mot dem. I en enklare variant får alla bläckfiskar röra sig fritt.
4. Leken fortsätter tills alla deltagare fångats in.