

Tovtrækning



Under 10 år
11 - 14 år
Over 14 år



7 - 12 personer



Maks. 15 minutter



Ude



Lidt våd/beskidt

Formål med aktivitet

Brug kroppen
Brug hjernen
Samarbejde
Konkurrence
Have det sjovt
Kommunikation
Beredskabsfagligt
Andet



Materialer i skal bruge

10 stk. reb af 1 m. (kan kombineres med uens rebtykkelser) (Flagknob)



Sådan gør du dig klar

Find reb frem



Beskrivelse af aktivitet

Workshops med øvelse af knob og stik:

- a. Råbåndsknob
- b. Flagknob
- c. Pælestik.
- d. Dobbeltstik
- e. 8-tal
- f. Dobbelt 8-tal.

Instruktioner du skal give deltagerne

Kadetterne deles op i hold af 2-4.

Der oprettes workshops/poster for hvert enkelt knob/stik og holdene deles ud på de forskellige poster.

Der afsættes tid på de enkelte workshops (fx 3 min.)

Når alle kadetter har været gennem alle workshops/poster, samles gruppen og deles i 2.

Opgaven er nu at binde rebene sammen med de knob der er trænet. (kan avanceres med at der ikke må være 2 ens knob/stik)

5 stk. pr gruppe. Det foregår på tid (1 minut.)

Hvorefter bindes de to reb sammen til et stykke.

Der testes kvalitet og holdbarhed af knob/stik ved tovtrækning.

Hvad du skal passe på

Tilpas tovtrækning / konkurrencen således at underlaget er blødt (græsplæne) i tilfælde af, at knobene ikke holder. Hav ikke for mange på hvert hold, så de falder ind i hinanden.

Hold indeles efter at være lige store (bestå af samme fysisk størrelse) for at opnå jævnbyrdighed.



Egnet til dette beredskabsfaglige emne

Knob og stik
Kommunikation og navigation

