

Fælles hop



Under 10 år
11 - 14 år
Over 14 år



Op til 6 personer
7 - 12 personer
Over 12 personer



Maks. 15
minutter



Inde



Ingen af delene

Formål med aktivitet

Brug kroppen
Brug hjernen
Nulstilling mellem to
aktiviteter



Materialer i skal bruge

Rigeligt med gulvplads



Sådan gør du dig klar

Alle stiller sig i en
rundkreds, og rykker helt
tæt sammen, så folk står
skulder mod skulder. Alle
har deres øjne lukkede.



Beskrivelse af aktivitet

Alle stiller sig i en rundkreds med lukkede øjne. Alle skal nu prøve at time det, så alle hopper samtidig uden at sige noget. Sørg for at ingen styrer.

Prøv flere gange, indtil I har opnået fælles opmærksomhed. Gå evt. ned i knæ. før I hopper, så er det nemmere at time hoppet.

Instruktioner du skal give deltagerne

"Næste leg går ud på, at vi i skal forsøge at hoppe på samme tid, men hvor ingen må kigge eller sige noget."

Hvad du skal passe på

Intet



Egnet til dette beredskabsfaglige emne

