Pladsbytning

Under 10 år
11 - 14 år
Over 14 år

7 - 12 personer
Over 12 personer

Maks. 15 minutter

Inde

Ingen af delene

Formål med aktivitet

Samarbejde
Kommunikation
Nulstilling mellem to aktiviteter

Materialer i skal bruge

Stopur
Hulahopring, snor e.l.
Rigeligt med gulvplads

Sådan gør du dig klar

Alle kadetter stiller sig i en cirkel. En ring fx hulahop stilles lodret i midten.

Beskrivelse af aktivitet

Stå i en stor cirkel med en ring i midten (fx hulahopring eller markeret med en snor). Herfra skal alle bytte plads med en anden i cirklen. Når kadetterne bytter plads, skal begge løbe igennem ringen i midten af cirklen.

Når de har gjort det en gang, opstiller man et mål for, hvor hurtigt gruppen kan bytte plads.

Instruktioner du skal give deltagerne

"Alle skal nu bytte plads med en anden person. Når I bytter plads, skal I begge løbe igennem ringen. Når I alle har prøvet det én gang, skal I bagefter vurdere, hvor hurtigt I kan gøre det anden gang. Jeg sætter tid på."

Hvad du skal passe på

Intet

Egnet til dette beredskabsfaglige emne

Variation af aktivitet

Man kan skifte ringen ud med et sjippetov, hvor begge kadetter skal hoppe over på samme tid for at kunne bytte plads.