



Se animationsvideoen ved at scanne QR koden her

IDETYPE:

Leg og bevægelse

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år

REKVISITTER:

Min 1 stk. skum- eller softbold til hvert hold.

ANTAL:

4 el. flere

VARIGHED:

Fra 15 minutter

Blomst-tårn-lynlås:

Deltagerne bliver inddelt i to lige store hold. De skal spille partibold inden for et afgrænset område fx inden for tremeteren på en håndboldbane, eller en hel volleybane. Man kan også afgrænse et passende område med kegler. En bold bliver kastet op i luften og det hold der får fat i den starter spillet. Nu gælder det om at få 10 afleveringer i træk, uden modstanderholdet bryder bolden. Opnår et hold 10 afleveringer får holdet et point og tæller derefter forfra. Underviseren afbryder efter noget tid spillet, ved at råbe "tårn" "blomst" "jernbane" "kanonkugle" "vase" eller "lynlås" samtidig med et billede bliver holdt op i luften. Nu skal eleverne i samarbejde, hurtigst muligt, danne figuren med deres kroppe (se step). Det hold som først får lavet figuren får tildelt et point. Derefter fortsætter spillet, indtil underviser afbryder næste gang med samme eller nyt billede.

Variation: Spillet kan både være med hænderne og fødderne og derved kan forskellige bolde bruges. Hvis det ene hold er i konstant besiddelse af bolden, kan man indføre reglen, at bolden skifter til modstanderholdet når man har fået et point.

SÅDAN GØR DU:



2 hold

Deltagerne bliver inddelt på to lige store hold.



Partibold

Deltagerne spiller partibold og skal opnå 10 afleveringer, uden af modstanderne bryder bolden.



Tårn, blomst, lynlås

Underviseren afbryder spillet med et billede og tilråb af enten blomst, tårn eller lynlås. Deltagerne skal derefter, hurtigst muligt, danne figuren med deres kroppe.



Spillet fortsætter

Det hold, som var hurtigst til at danne figuren med alle medlemmerne på holdet får et point, og derefter fortsætter spillet.



Blomst

Deltagerne danner en blomst, ved at alle placerer sig i en rundkreds, liggende i en plankeposition, med hovederne mod hinanden. Er planken for stor en udfordring, kan deltagerne ligge på maven.



Tårn

Deltagerne danner et tårn, ved at ligge på ryggen i en rundkreds med ben og fødder, der peger opad og mod hinanden.



Lynlås

Deltagerne danner en lynlås, ved at ligge med hovederne på hinandens maver, i en lang række.



Jernbane

Deltagere danner en Jernbane, ved at ligge parallel på en linje, skiftevis med hovedet i hver sin retning.



Vase

Deltagerne danner en vase, ved at stå i en rundkreds, tage hinanden i hænderne og læne sig tilbage.



Kanonkugle

Deltagerne danner kanonkugler ved at alle deltager samler sig i en klump og hver deltager laver en kugleformet figur med kroppen. God fornøjelse.





