

Fælles hop

Formål:

Finde fælles opmærksomhed
Grine sammen
Bevæge sig.

Tid:

ca. 5 minutter

Krav:

Rigeligt med gulvplads. Alle skal kunne bevæge sig rundt.

Egner sig bedst til gruppestørrelse: 4-50

Vejledning:

Stil jer i en rundkreds.
Ryk helt tæt sammen, så I står skulder mod skulder.
Alle lukker øjnene.
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.

Fif:

Gå ned i knæ før I hopper, så er det nemmere at time hoppet.