

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.