

Post nummer: 1

Postens tema: Fysisk udfordring gennem lege med samarbejde:

Udstyr: 3 kegler, 1 stopur, 2 stykker lagen til bind om øjnene, 1 kuglepen og post-beskrivelse.

Forløb: Holdet skal lave stafetter omkring en lille trekant på 15x15 meter. Holdet skal skiftevis løbe, hvor en fra holdet bliver båret, alle fra holdet skal bæres rundt 1 gang hver. Derefter skal holdet på skift lave "trillebør", hvor alle skal være "trillebør" på skift.

Til sidst skal holdet gennemføre banen, hvor 2 sejlere har bind for øjnene, mens den tredje sejler skal sikre, at hele holdet kommer omkring trekantens kegler. Løsningen til udfordringen skal ikke gives, men skal udtænkes af holdene, så nedenstående instruks er den eneste viden sejlerne får!

Instruktion til holdet: I skal nu som hold løse følgende opgave. Her ser i en startstreg, og dér ser i en trekant udgjort af disse kegler. I skal som hold løse følgende opgave:

- 1) Alle fra holdet skal skiftevis løftes rundt om trekanten
- 2) Alle fra holdet skal skiftevis være trillebør rundt om trekanten
- 3) 2 fra holdet have bind for øjnene og den sidste skal guide de 2 rundt om trekant og tilbage til startstregen.

I skal gøre dette så hurtigt som muligt. I får point for tiden, og om I kan løse opgaven uden hjælp eller om I har behov for hjælp undervejs.

Har i nogen spørgsmål?

Jeg tæller ned fra 5, og så går starten.. 5..4..3..2..1 start!

Point for gennemførelse:

Klaret med nogen udfordringer og behov for hjælp	1
Klaret med mindre udfordringer og behov for lidt hjælp	2
Gennemført på korrekt vis uden hjælp	3

Hold navn	nummer	Point	Tid	kommentar
	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
	6			
	7			
Hold navn	nummer	Point	Tid	kommentar
	8			
	9			
	10			
	11			
	12			
	13			
	14			
	15			