

## Kompendium – Legende børn på vorkvej

Seniorkursus Vork – Efteråret 2018

### Instruktører:

- Emma Thoftgaard Nielsen, [emmathoftgaard@gmail.com](mailto:emmathoftgaard@gmail.com)
- Peter Randorff, [peterandorff@gmail.com](mailto:peterandorff@gmail.com)
- Camilla Refsgaard, [camilla.refsgaard@gmail.com](mailto:camilla.refsgaard@gmail.com)
- 

### Resume af gruppen

I denne gruppe har deltagerne arbejdet med lege og ikke mindst leget en masse. Formålet med gruppe har været at give deltagerne en masse lege og aktiviteter, som de kan bruge hjemme i kredsen samt et indblik i, hvilke relationer leg kan give. Vi har arbejdet med temarammen børn og har brugt den "barnlige fantasi" som inspiration.





## Indholdsfortegnelse

På skattejagt som ægte pirat	2
Slip kreativiteten fri med hulebygning i skoven	4
Dåsetelefoner	4
Pyjamas-party	5
Bliv våd på vandløb	6



## På skattejagt som ægte pirat

**Historie:** Før vi kan vi skatten skal sørøverne ud og finde nogle ledetråde som kan hjælpe dem med at finde ud af hvor skatten er. som sørøver er det vigtig man har en masse færdigheder og at sin besætning kan finde ud af at arbejde sammen. På hvert sørøverskib, har man en kaptajn, en overstyrmand, en mast, en styrmand og en letmatros. fem mand på tre hold

**Aktivitet:** Deltagerne bliver delt ud i 3 hold med 5 på hver. De får et reb som de alle sammen hele tiden skal holde i. Det er deres skib. Nu skal deltagerne rundt på et løb hvor de skal finde 6 clues til hvor deres skat er blevet gemt. Ved hvert løs post, får holdet et clue om hvor skatten er gemt. Så når de har løst alle poster, skal de på jagt ud efter skatten

## Materialeliste

- skattekort som du selv laver
- skattekiste
- guld mønter (chokolademønter) eller andet slik til skattekisten
- knob snor
- gummielastikker
- 10 sodavandsdåser
- papir
- skrivegrej
- forhindringsbane
- rebus
- ledetråde - dem skal du lave så de passer til hvor de forskellige poster er.

## Forberedelse

Inden løbet skal du lave de forskellige ledetråde så de passer med hvor posterne. du skal finde de forskellige materialer og gerne finde på en historie så løbet bliver mere levende og spændende. Derudover skal du gøre posterne klar.

## Selve aktiviteten

**post 1. Levende post** (ledetråd til næste post: )

Besætningen skal i båden komme igennem en forhindringsbane

**post 2. Død post** (ledetråd til næste post: rebussen)

Her skal besætningen løse en rebus, som er skrevet på sørøversprog

Rebus: lav din egen rebus så den passe til hvor næste post er. Du kan lade rebus på nettet.

**post 3. Død post** (ledetråd til næste post:)

Her skal de lave 5 forskellige knob, da det som, sørøver er det vigtigt at man kan binde knob. De bestemmer selv hvilke knob de laver

**post 4. Levende post** (ledetråd til næste post:)

Som sørøver er det vigtig at kunne sigte og skyde langt med kanoner. Her skal de skyde med elastikker mod dåser og se hvor mange dåser de kan ramme.

**post 5. Død post** (ledetråd til skatten: )

Som sørøver elsker man skal synge sørøverviser, så her skal besætningen skrive deres egen vise på melodien "Musen hannibal"





## Slip kreativiteten fri med hulebygning i skoven

**Formål:** At bygge huler i det fri skaber kreativitet med frisk luft under åben himmel. Aktiviteten egner sig til sig til alle aldersgrupper. Jo yngre man er, jo mere kreativitet ses der ofte. Jo ældre man er, jo flere overvejelser gør man sig brug af materialer uden for skoven. At bygge huler er en samarbejdsøvelse, som er god til at skabe fællesskab i mindre grupper. Processen er kreativ og hygge. Alle i gruppen har let ved at blive hørt.

Det er en god idé at bruge huler bagefter i andre sammenhænge, så der opstår større ejerskab, og projektet ikke udelukkende bliver selve byggeprocessen, men også hyggen man kan skabe omkring sin hule efterfølgende.

Det er en også god idé at skabe en ramme om hulebyggeriet inden deltagerne kaster sig over materialerne. Derfor kan det være godt at introducere med følgende indledende spørgsmål: Hvor mange har bygget huler før? Hvor gamle var de? Hvordan huskes oplevelsen med at bygge huler i skoven? Hvad er en god hul?

Andet man skal huske er, at man skal tage hensyn til andre i skoven, når man bygger huler. Fx. ved at gå væk fra store skovveje. Byg gerne af naturens egne forgængelige materialer.

**Aktivitet:** Deltager bliver delt ind i grupper af 3 personer. Der bliver stillet materialer til rådighed, da aldersgruppen er senior, som har flere færdigheder i at bygge med rafter og arbejde med knob. Færdigheder, som deltagerne får mulighed for at anvende i byggeprocessen.

## Materialeliste

Huler

- 1-2 presenninger pr. grupper, dvs. i alt ca. 5-10 styks
- 1 rulle høst spinder garn
- 1 dolk
- evt. reb
- 2 stk. spade
- 2 stk. grensaks
- og alt godt fra skovbunden

## Forberedelse

Ha' materialerne klar på forhånd.

## Selve aktiviteten

Her laver du så en detaljeret beskrivelse af aktiviteten. Detaljeret nok til, at deltageren kan gå hjem og afvikle aktiviteten hjemme i kredsen.



## Dåsetelefoner

Lav dåsetelefoner, så man kan snakke med hinanden på længere afstand, selv om man ikke har strøm på på mobiltelefon.

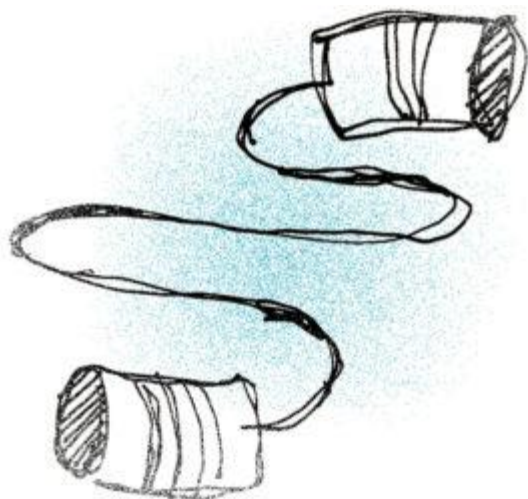
### Materialeliste

- 2 rengjorte konserverdåser
- bomuldssnor
- syl
- saks
- saks
- tændstikker

### Selve aktiviteten

Man prikker et hul i midten af hver ende af dåserne med sylen. Så klipper man et stykke snor i den afstand, man godt kunne tænke sig at snakke med hinanden i. Enden af snoren føres ind i den ene ende af dåsen, hvor man binder en knude rundt om to tændstikker, som man har lavet et kryds med. Det samme gør man i den anden ende. Herefter kan man tale med en anden gennem dåsetelefonen.

Bemærk! Det er afgørende, hvor stram snoren er i forhold til, hvordan lyden går igennem telefonerne. Det er også muligt at sammenkoble flere dåser til den samme "hoveddåse".





## Pyjamas-party

Det er altid godt med en fest! Man bliver i godt humør af at danse, det er sjovt at lave konkurrencer, og alle kan være med.

### Materialeliste

- 1 stole pr. deltager minus 1
- 1 kosteskaf
- 1 ballon pr. deltager par bestående af 2 personer
- lakridssnørre
- skumfiduser
- saftevand
- sugerør
- musikanlæg

### Selve aktiviteten

**Stoledans:** Alle stiller en stol ud i midten på nær én, således at stolene danner en cirkel. Der sættes musik på, og når musikken slukkes, skal alle finde en plads. Er man den sidste, der ikke når at finde en stol, er man ud af legen. Der fjernes nu endnu en stol fra cirklen. Vinderen er sidste man i konkurrencen.

**Stopdans:** Der sættes musik på, når den stopper, skal alle stå stille. Dem, der ikke står stille, skal gå ud af konkurrencen. Vinder er sidste mand på dansegulvet.

**Limbo:** To personer holder et kosteskaf, som resten af deltagerne skal danse under uden at bruge armene og uden at røre gulvet, mens man hører "limbo-sangen". Vinderen er sidste mand, der kan komme under skaffet uden at falde.

**Ballondans:** Alle finder en partner. Man skal nu danse med en ballon mellem sig. Taber man ballonen, er man ude af konkurrencen. Vinderne er de sidste på dansegulvet.

**Konkurrence med lakridssnørebånd:** Man skal spise sit lakridssnørebånd som den første uden at bruge andet end sin mund.

**Konkurrence med skumfiduser:** Det gælder om at have så mange skumfiduser i munden på en gang. Den, der kan have flest i munden har vundet.



## Bliv våd på vandløb

For at kunne besejre et vandmonster skal deltagerne ud på et løb, hvor de skal trænes deres vand-færdigheder. Det gøres legende let.

### Materialeliste

- alle skal have regntøj på (gerne gammelt)
- 1 stk. vandpistol
- 5 stk. plastikkopper
- 1 pak opvaskesvampe
- 1 stk. dolk
- 1 rulle snor/garn
- 1 stk. fastelavnsbat
- 2 stk. skovle
- 1 stk. vandslange
- 1 stk. kæmpe presenning
- 10 dunke brunsæbe
- 5 stk. plastik kegler
- ca. 20 stk. pløkker
- masser af vandballoner

### Forberedelse

Vær opmærksom på, at det tager lang tid at stille op til løbet. Sikre dig, at vandpistolen virker. Hvis man ikke kan nå at grave vandpytter, kan man evt. bruge murbaljer.

### Selve aktiviteten

Deltagerne deles ind i hold på ca. 5 person. De går fra post til post. Det kan gøres som et stjerneløb. Ved posterne skal de følgende:

1. post: vælte papkrus ned med en vandpistol, hvor der er afmærket, hvorfra man må stå og skyde fra. Det gælder om at vælte flest papkrus ned.
2. post: skyde til måls med svampe i sæbevand, hvor der er afmærket afstanden man skal skyde fra. Det gælder om at ramme med flest svampe.
3. post: slå til vandballon fra et træ med fastelavnsbat, hvor det gælder om at slå flest balloner ned.
4. post: hoppe fra vandpyt til vandpyt uden at røre jorden, hvor det gælder om at ramme i alle vandpytterne. Det kan gøres svære ved, at alle deltagerne i gruppen skal bindes sammen eller holde i den samme snor, når de hopper.



5. post: vælte kegler på bowlingbane, hvor det gælder om at have godt med tilløb og så hoppe ned af banen og med sin egen krop at vælte keglene for enden af banen. Aktiviteten kaldes også bodybowling.