



DEL DINE
FIDUSER

GIV PLADS
TIL ALLE

Forslag til gode lege

Leg er ikke kun for børn. Det kan også være en god isbryder, når de voksne er med. Overvej derfor at starte med en sjov leg, der ryster alle sammen og giver gode grin.

Navne-ståtrold

Faciliteter: Kan leges både ude og inde, men kræver god plads.
Deltagere: Mindst 6 personer.

Legen minder meget om ståtrold og er rigtig god til at få præsenteret og sat navn på hinanden. Der vælges en "fanger". Resten af deltagerne skal fanges. For at fange skal fangeren sige navnet på den, han/hun fanger. Når man er fanget, stiller man sig med armene ud til siden, klar til en ordentlig knuser. For at blive befriet skal en af de andre deltagere give den fangede et ordentlig knus, mens han/hun siger sit eget og den fangedes navn. Derefter er man fri.

Derfor ...

Leg gør snakken lettere.

Leg skaber nogle trygge rammer for samvær.

Leg involverer alle.

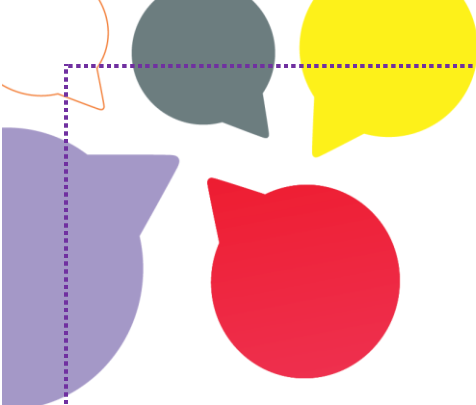
Leg giver grin og energi, og så bryder det isen.

Børn elsker, når de voksne leger med.

Banke bøf

Faciliteter: Kan leges både ude og inde.
Deltagere: Mindst 6 personer.

Alle med undtagelse af én sidder eller står i en rundkreds. Den sidste, A, går rundt om cirklen, lægger hånden på de andres ryg og siger "banke". Når A siger "bøf", rejser den, som er blevet rørt, B, sig op og løber *mod* uret rundt om kredsen. Imens løber A *med* uret. Når A og B mødes, svinger de i armkrog, mens de råber "go' morgen – go' middag – go' aften". Den, som kommer først hen til den tomme plads, får pladsen. Den anden skal gå rundt og banke bøf.



Sørg for kun at lege de lege, hvor alle kan være med.

Bjerget brænder

Faciliteter: Kan leges både ude og inde.
Deltagere: Mindst 16 personer.

Dan to kredse med lige mange personer i hver. Den inderste kreds er "bjerget". Den yderste er "løbere". En af "løberne" stiller sig i midten af inderkredsen. Når midterpersonen råber "bjerget brænder", løber alle "løbere" forfærdede *med* uret rundt om bjerget. Når midterpersonen råber "ilden er slukket", stiller han eller hun sig bag en bjergperson. Alle "løbere" skal nu finde en bjergperson at stå bagved. Løberne må kun løbe med uret, men de må gerne overhale. Den, der ikke finder en plads, bliver ny midterperson. På et tidspunkt bytter "bjergpersonerne" og "løberne" roller.

Gæt og grimasser

Forberedelse: Legemester laver sedler med korte nemme situationer eller sætninger, der kan mimes. Hav stopur klar.
Faciliteter: Kan leges både ude og inde.
Deltagere: Mindst 6 personer.

Deltagerne deles i to hold. Legemesteren giver en seddel eller hvisker sætningen til en fra hold 1. Personen må ikke sige noget, men skal ved hjælp af fagter, kropssprog og grimasser få sit hold til at gætte, hvad der står på sedlen. Holdets deltagere må gerne stille spørgsmål, og som svar må der rystes på hovedet eller nikkes. Holdet har fx 3 minutter til at gætte sedlen. Rigtigt svar giver 5 point. Gættes det ikke, går turen over til hold 2, som får et gæt. Rigtigt svar giver 2 point. Det hold, der får flest point, vinder.

Levende vendespil

Faciliteter: Kan leges både ude og inde.
Deltagere: Mindst 6 personer.

To personer sendes uden for døren. Resten sætte sammen to og to og finder på en sjov lyd, som de begge kan sige. Så blandes "kortene", og de to uden for døren kommer ind. De skal nu skiftevis "vende" par, fx ved at trykke folk på hovedet, så de siger deres lyd. Finder man den samme lyd ved to personer, får man stikket. Den, som har flest stik, har vundet.

Bomben

Faciliteter: Kan leges ude og inde. Du skal bruge balloner og kridt eller tape
Deltagere: Lige antal personer, mindst 8

Tegn et stort kryds på jorden, eller mærk op med tape, så der er fire lige store felter. Inddel deltagerne i fire lige store grupper og giv dem hvert sit felt. En legemester kaster en ballon op og nu skal hver gruppe forsvare sit felt ved at puste så ballonen ikke rører jorden. Legemesteren sætter tiden, fx 10 minutter og noterer for hver gruppe, hvor mange gange ballonen rører jorden. Vinderen er den gruppe, hvor ballonen har rørt jorden færrest gange