VILD LEG I DET FRI

Her leger spejderne…

…og den voksne sætter legen fri

L E G E O V E R B L I K :

LEGE MED PINDE:

STAVENE VANDRER
I står i en cirkel med en lodret pind foran jer. På signal slipper alle deres pind og bevæger sig én plads videre. Grib pinden foran dig, før den vælter. Gentag bevægelsen og find en fælles rytme. Undervejs kan I ændre tempo, skifte retning eller gribe hver anden pind.

PINDE I LUFTEN
To står overfor hinanden med en lang pind hver. Kast pindene frem og tilbage i fælles rytme. Prøv med højre hånd, venstre hånd og på kryds. Lav en serie, og hold bevægelsen i gang sammen

SLAG MOD SLAG - FÆGTNING
Stå overfor hinanden med hver sin pind. Lær en serie på fem slag og tæl dem højt. Gentag serien igen og igen. Når slagene sidder på rygraden, kan I sætte tempoet op eller finde på nye slag.

GÅ I LUFTEN
I står to og to med en pind mellem jer i knæhøjde, så den danner et trin. Én spejder bevæger sig gennem rækken ved at træde fra pind til pind. Når spejderen træder videre, flytter det bagerste makkerpar sig frem og danner det næste trin. Bevægelsen ruller gennem rækken, mens gruppen holder den i gang sammen.

Projektet **Vild leg i det fri** er udviklet af Det Danske Spejderkorps i samarbejde
med Gerlev Center for Leg & Bevægelse og støttet af Ebbefos Fonden.
Læs mere på www.dds.dk/vild-leg

LEGE MED REB:

KNUDEN KNUD

Alle holder i et reb, som er båndet til en i en cirkel. Knuden hedder Knud og kan tale – om alt. Send Knud rundt og hils på alle.

TYR

Alle holder i rebet med begge hænder. I midten af rundkredsen er en ”tyr”. Tyren skal forsøge at fange de andres hænder. Dem som holder rebet, slippet rebet når tyren kommer for nær. Og tager fat i rebet igen, når Tyren er væk.

BANKEBØF

Én spejder vælges til at være "bankeren". De øvrige spejdere stiller sig i en rundkreds og holder i rebet. "Bankeren" går rundt om kredsen og puffer hver spejder på ryggen og siger "banke" ved hvert puf. På et tidspunkt siger de "bøf" i stedet for "banke". Nu skal "bankeren" og personen fra rundkredsen, der er blevet puffet "bøf", løbe rundt om rundkredsen i modsatte retninger og nå tilbage til pladsen først. Den der når pladsen først vinder, og den anden er nu "bankeren".

ULVEN ER UDE, HYRDERNE BESKYTTER DE LILLE LAM - EN FANGELEG.

Alle holder i rebet med venstre hånd. En deltager står udenfor rundkredsen og er Ulv. En af deltagerne i rundkredsen udpeges som det lille lam. Når ulven begynder at løbe efter lammet på ydersiden af cirklen, skal alle løbe med rundt, så lammet hele tiden er længst muligt væk fra ulven. Hvis ulven skifter retning, skal alle hyrderne (og lammet) også hurtigt skifte retning, og holde i rebet med højre hånd.

KRAFTEN I CIRKLEN

Fire står i en cirkel med et reb, der er bundet sammen i enderne. På signal læner alle sig væk fra midten og trækker i hver sin retning. Hver trækker mod en spejder. Målet er at række frem og give spejderen en high-five, mens man holder spændingen i rebet. Når nogen når frem, forskydes balancen, og gruppen må finde en ny.

HANEKAMP

Rebet ligger på jorden og danner en hønsegård. Alle deltagerne står inde i hønsegården på et ben. Nu gælder det om at skubbe hinanden ud. Men er ude af legen, hvis man træder ned med begge ben eller man bliver skubbet ud af hønsegården.

Projektet **Vild leg i det fri** er udviklet af Det Danske Spejderkorps i samarbejde
med Gerlev Center for Leg & Bevægelse og støttet af Ebbefos Fonden.
Læs mere på www.dds.dk/vild-leg

DET DANSKE SPEJDERKORPS

GERLEV CENTER FOR LEG

ebbefos fonden

DET SORTE HUL
Rebet ligger på jorden og danner Det sorte hul. Deltagerne står i en rundkreds med hinanden i hænderne. Legen går ud på at man som deltager IKKE vil komme til at træde ned i Det sorte hul. Deltagerne forsøger at trække hinanden i cirklen ind og røre ved Det sorte hul. Den der kommer til at sætte sin fod ind i cirklen, går ud af legen. Hvis to deltager slipper hinandens hænder, er begge ude.

LEG - VI FINDER HINANDEN

Det du øver: *Jeg behøver ikke komme med den næste idé.*
Læg mærke til dine automatreaktioner: Hvornår får du lyst til at hjælpe, styre eller vise vejen?

VINK OG BYT
I står i en cirkel. Én vinker til en anden, og de bytter plads. Snart begynder flere at vinke og bytte plads, og der opstår en fælles rytme. Undervejs finder gruppen på nye signaler, som alle bruger, og tempoet kan sættes op.
Variant: Indsæt en fanger i midten, som forsøger at fange dem som bytter plads.

LEGE - VI BEVÆGER OS SAMMEN

Det du øver: *Jeg behøver ikke styre rytmen.*
Læg mærke til dine automatreaktioner: Hvornår får du lyst til at hjælpe, styre eller vise vejen?

KRYDS OG KAOS
Alle står i en cirkel. Hver spejder vælger i stilhed én anden person i cirklen. På 3-2-1 bevæger alle sig hurtigt rundt om den person, de har valgt. Næste runde gentages med en ny handling og en ny person. Bevægelserne krydser hinanden, tempoet ændrer sig, og gruppen må selv finde plads i kaosset.

HELIX-FELIX
Alle står i en cirkel. Herefter skal de vende sig mod venstre, så de kigger på ryggen af hinanden, og ser på den der står foran dem. Legen starter med at deltagerne går rundt i ring og siger remsen: Helix-Felix-Helix-Felix-Helix-Felix… Når der bliver sagt NU skal alle løbe tre gange rundt om den der stod foran dem, og tilbage på deres plads igen. Man skal altså som deltager forsøge at løbe tre gange rundt om den anden person imens vedkommende også løber tre gange rundt om den næste, osv. Det kan derfor blive meget forvirrende.

Projektet **Vild leg i det fri** er udviklet af Det Danske Spejderkorps i samarbejde
med Gerlev Center for Leg & Bevægelse og støttet af Ebbefos Fonden.
Læs mere på www.dds.dk/vild-leg

LEGE - VI UDFORDRER HINANDEN

Det du øver: *Jeg behøver ikke finde løsningen først.*
Læg mærke til dine automatreaktioner: Hvornår får du lyst til at hjælpe, styre eller vise vejen?

PATRULJESKJOLD
I står tæt i en rundkreds og holder hinanden i hænderne. Én i kredsen er målet. En fanger forsøger at røre målet, mens ringen bevæger sig samlet for at holde personen beskyttet. Når målet bliver rørt, skifter rollerne.

KATTEN OG MUSEN
Alle står i en cirkel. Én er katten udenfor, og én er musen inde. Musen løber ind og ud af cirklen. Katten forsøger at fange den. Cirklen åbner for musen og lukker igen, så den kan nå i sikkerhed.

ULVEN OG FÅRET
Alle står i en cirkel og holder hinanden i hænderne. Én er ulven udenfor, og én er fåret inde i cirklen. Ulven forsøger at trænge ind i cirklen. Cirklen holder sammen og forsøger at holde den ude. Kommer ulven ind, må fåret hurtigt slippe ud igen, inden cirklen lukker.

ORMENE
Små grupper danner orme ved at stå i kæde med hænderne på skuldrene foran. Ormene bevæger sig rundt mellem hinanden i et afgrænset område. Hvis der opstår et hul i en orm, og en anden orm når igennem hullet, knækker ormen. Den bagerste del

LEGE - NÅR KROPPE MØDES

Det du øver: Jeg behøver ikke regulere al fysisk kontakt.
Læg mærke til dine automatreaktioner: Hvornår får du lyst til at hjælpe, styre eller vise vejen?

FINGERFÆGTNING
Stå over for hinanden, tag håndfatning og peg med pegefingeren. Nu gælder det om at røre hinanden med pegefingeren.

SKUBBEKAMP / SKUB & SLIP
Stå med håndfladerne mod hinanden. Del et let pres. Skift med pludseligt at slippe og mærk, hvordan balancen ændrer sig.

Projektet **Vild leg i det fri** er udviklet af Det Danske Spejderkorps i samarbejde
med Gerlev Center for Leg & Bevægelse og støttet af Ebbefos Fonden.
Læs mere på www.dds.dk/vild-leg

TRÆKKE STOK

Sid overfor hinanden med en pind mellem jer. Læn jer tilbage og mærk trækket mellem jer.

RYG MOD RYG

Stå ryg mod ryg over en lang pind. Træk fremad og find balancen sammen.

For mere information, er du velkommen til at kontakte:

Claudia Stormoen
Tlf. 9299 8657
Mail: csp@dds.dk

Projektet **Vild leg i det fri** er udviklet af Det Danske Spejderkorps i samarbejde
med Gerlev Center for Leg & Bevægelse og støttet af Ebbefos Fonden.
Læs mere på www.dds.dk/vild-leg

DET DANSKE SPEJDERKORPS

GERLEV CENTER FOR LEG

ebbefos fonden