

ESPORT & BEVÆGELSE

Øvelse:

HIGH NOON

Vejledning

- Deltagerne står i en stor rundkreds med én spiller i midten. Spilleren i midten udvælger én spiller i kredsen ved at sige: BANG og skyde efter spilleren med en håndpistol.
- Spilleren der bliver skudt efter skal skynde sig at dukke sig.
- De to, der står på hver sin side af "den skudte", skal nu skynde sig at skyde på hinanden henover spilleren der dukker sig.

Den, der står i midten, afgør, hvem af de tre, der var involveret i skyderiet som blev ramt. Kriterierne kan være, at man glemte at dukke sig, eller hvis man helt glemmer at skyde på hinanden. Dør man, går man ud af legen.

Man skal ikke "lukke" hullerne i kredsen efter dem, der er gået ud. Legen slutter, når der er to tilbage. Spil igen efter behov.

Materialer, rammer og regler

- <https://legedatabasen.dk/leg/cowboy-leg>
- Gulvplads til fysiske bevægelser

TILBAGE TIL
DAGENS PROGRAM
KLIK HER

Beskrivelse

Rundkredsleg med inspiration fra legedatabasen, hvor man i en rundkreds skal dukke sig for ikke at blive skudt.

<https://legedatabasen.dk/leg/cowboy-leg>

Tips og tricks

- Kan også bruges som pauseaktivitet



NOVO
NORDISK
FONDEN