

Vendespils - stafet

Afgræns et firkantet areal.

Læg nogle stik i midten af firkanten og placer fire hold á to personer i hver deres hjørne med samme afstand til midten.

Sæt et ur på tre minutter.

Én deltager fra hvert hold løber nu ind til midten for at finde et stik. Så snart vedkommende har fundet et stik tager han/hun det i hånden og løber ud og skifter med holdkammeraten.

Hvem far fundet flest stik når tiden er gået?

Variation:

- Denne brain break kan nemt ændres til at have et fagligt indhold ved fx at bruge regnestykker eller billeder og ord som stik.

Stikbold med fagligt indhold

Denne brain break kombinerer fagligt indhold med bevægelse.

Deltagerne spiller med en blød skumbold på et afgrænset område – alle mod alle.

Det gælder nu om at ramme hinanden med den bløde skumbold. Bliver en deltager ramt af bolden, så 'dør' han/hun. (Bolden må ikke have været i jorden inden den rammer en anden. Hvis bolden gribes inden den har været i jorden dør kasteren.)

For at blive 'levende' igen skal vedkommende løse en opgave, fx en regneopgave eller stave et ord.

Find selv på flere opgaver der passer til det faglige indhold 😊