

IDETYPE:

Kids sport - Brydning

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år; Fra 12 år

REKVISITTER:

En måtte.

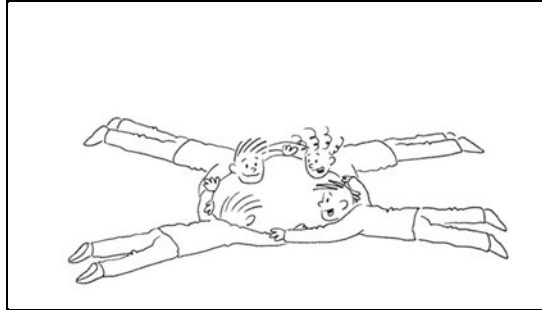
ANTAL:

Gruppe

Gulerødder:

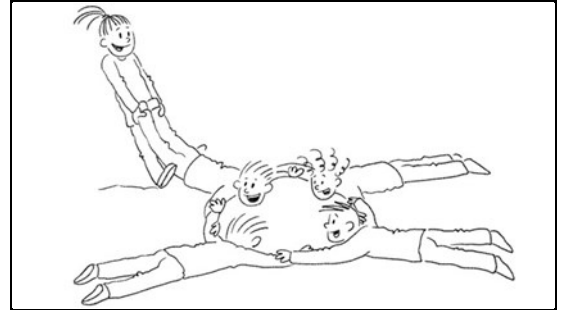
Når der skal hives gulerødder op af jorden, skal der nogle gange trækkes hårdt til for at få gulerødderne op. Nu skal du prøve at være en gulerod...

SÅDAN GØR DU:



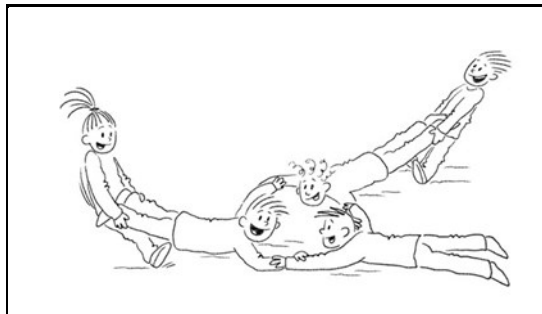
Dane en cirkel

Læg jer alle på maven og dan en cirkel med hovederne mod centrum. Hold fast i hinandens arme.



Bryde cirklen

Den person der står ude, skal nu forsøge at bryde cirklen ved at trække i benene på de andre som er "gulerødder" og skal hives op af jorden.



Flere gulerødder

Bliver du trukket op af jorden, skal du hjælpe med at trække flere gulerødder op.



Info til den voksne

Fortæl malerisk historien om gulerødder, der skal trækkes op af jorden.



“Gulerødder”

Trække gulerødder

Når der skal hives gulerødder op af jorden, skal der nogle gange trækkes hårdt til for at få gulerødderne op. Nu skal du prøve at være en gulerod...

Læg jer alle på maven og dan en cirkel med hovederne mod centrum. Hold fast i hinandens arme. Den person der står ude, skal nu forsøge at bryde cirklen ved at trække i benene på de andre som er "gulerødder" og skal hives op af jorden. Bliver du trukket op af jorden, skal du hjælpe med at trække flere gulerødder op.

Voksen: Fortæl malerisk historien om gulerødder, der skal trækkes op af jorden.

