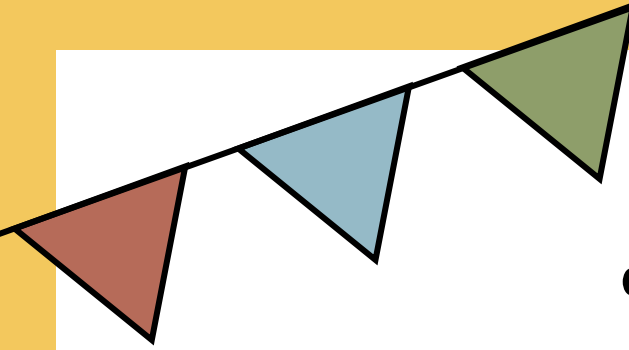
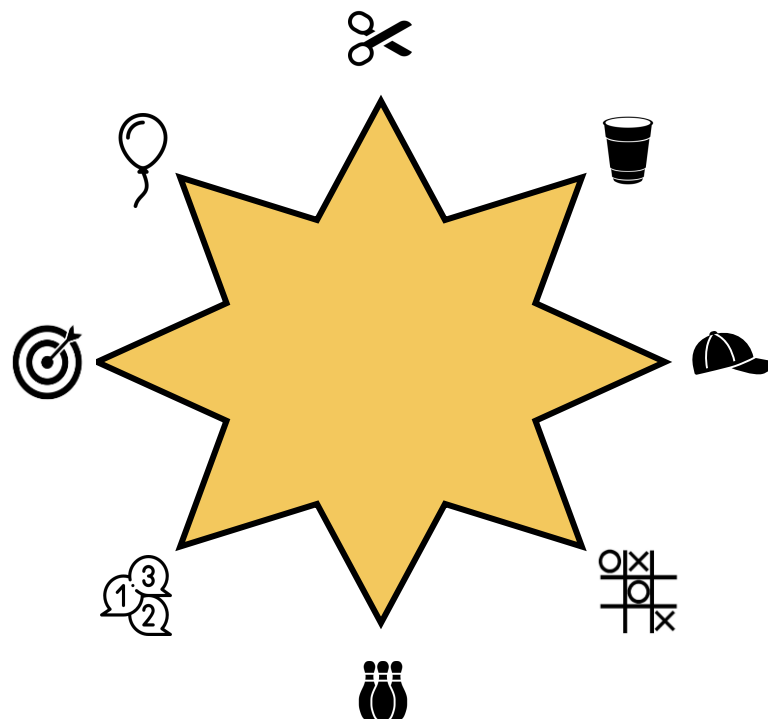




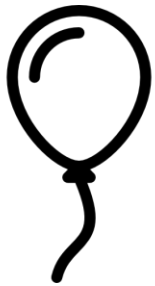
TILLYKKE

I HAR GENNEMFØRT STJERNELØBET



Vend diplomet for at læse om posterne





Slå (med hænderne) ballonen imellem jer uden, at den rammer jorden. Se hvor mange, I kan få.

Kan I med fødderne? Med hovedet? Med en sammenrullet avis?



Stil jer overfor hinanden (1 og 1) på midterlinjen. Lav nu én runde sten, saks, papir. Taberen skal nu vende sig om og spurte ned til sin baglinje. Vinderen forsøger at fange taberen.

Hvis taberen bliver fanget, skal han/hun lave en øvelse (fx sprællemænd). Hvis vinderen ikke kan nå at fange taberen, er det han/hun der skal lave øvelsen. Man kan også spille med point i stedet for øvelsen.



Kast en bold/ærtepose og ram ind i en hulahopring, der ligger på jorden. Flyt hulahopringen en meter længere væk (eller gå et skridt bagud) hver gang, I rammer.

Hvor langt kan I komme væk? Kan I slå jeres rekord?



Brug en ærtepose eller en lille bold. Kast den imellem jer, og tag et skridt bagud hver gang, I griber den. Se om I kan slå jeres egen rekord.



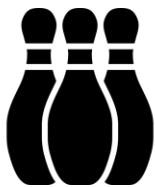
Stil jer overfor hinanden. Person A siger "1", person B siger "2", person A siger "3", person B siger "1", person A siger "2", person B siger "3", og så videre. Skift nu tallene ud en efter en med tre bevægelser, fx. 1 = sprællemænd, 2 = drejning, 3 = klap.

Leg med at sætte tempoet op, sæt flere bevægelser på (find selv på andre bevægelser at sætte ind i stedet for 1, 2 og 3).



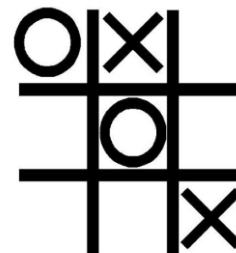
Sæt en plastic kop på kanten af et bord. Brug en til to fingre til at slå den op, så den vender i luften og lander på hovedet inde på bordet. Dyst mod hinanden ved at sætte flere kopper på række overfor hinanden. Se hvem der først får vendt alle kopper om.

Man kan også dyste i hold, hvor man på skift skal vende koppen. Først når person A har vendt koppen må person B gå i gang.



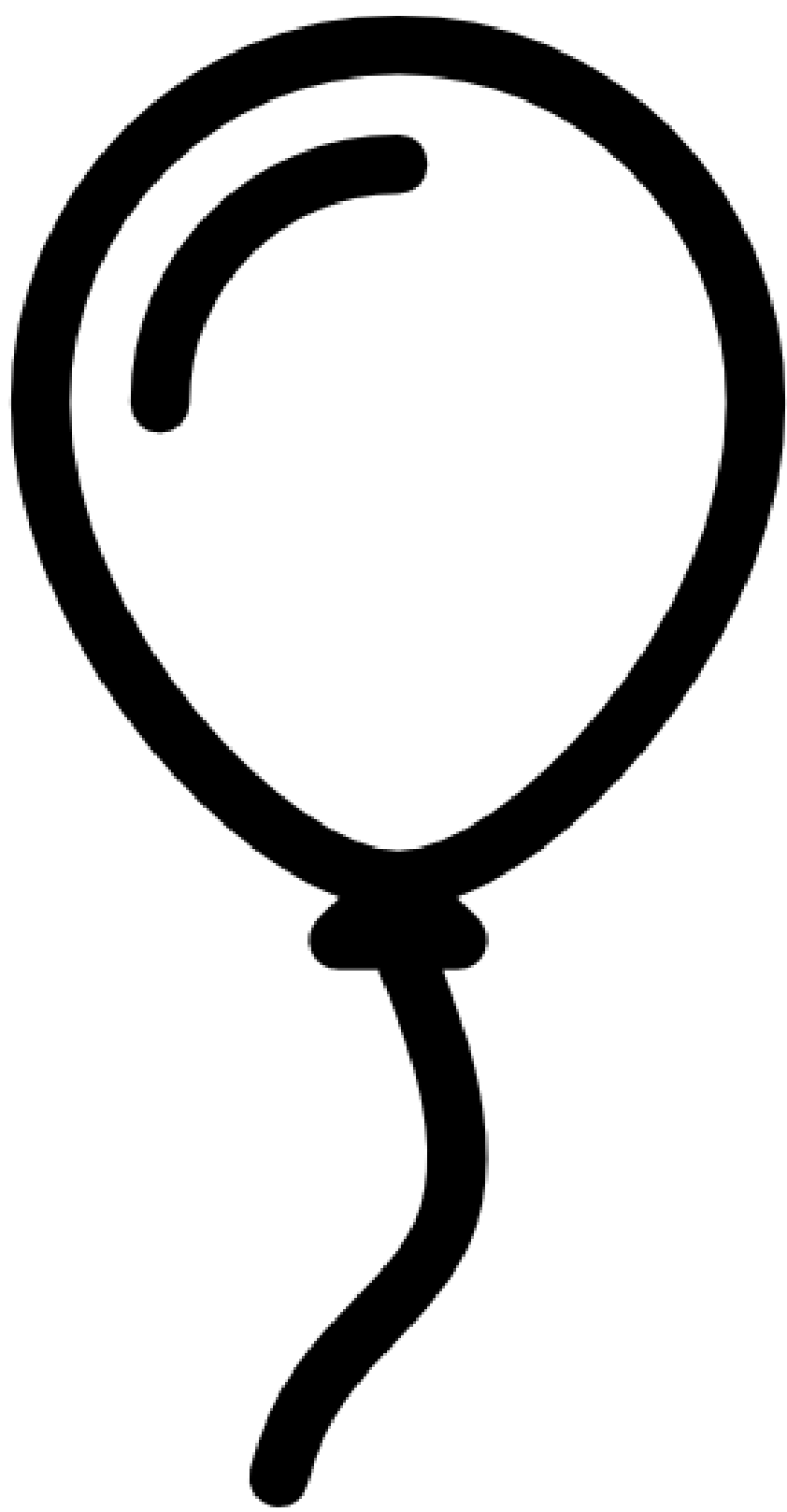
Stil jer overfor hinanden (i en trekant, hvis I er tre). Hver deltager har en 1½-liters plastikflaske fyldt med vand. På skift trilles en bold mod den andens flaske.

Hvis den vælter, skal man hente/have fat i bolden, før man må rejse sin flaske op igen. Det gælder selvfølgelig om ikke at få tømt sin flaske.



Hvert hold har tre ens spilbrikker. Når spillet går i gang, løber den første i køen hen til "spillepladen", lægger sin brik og løber tilbage til startlinjen og klapper den næste i hånden, som nu må løbe ud til pladen.

Hvis man dyster 1 mod 1, skal man hen til start-keglen hver gang, man har lagt eller rykket en brik.



Rekvisitter:

En ballon

Evt. en sammenrullet avis

Sådan gør I:

1. Slå (med hænderne) ballonen imellem jer uden, at den rammer jorden.
2. Se hvor mange, I kan få.

Kan I med fødderne? Med hovedet? Med en sammenrullet avis?



Rekvisitter:

1-2 ærteposer

En hulahopring

Sådan gør I:

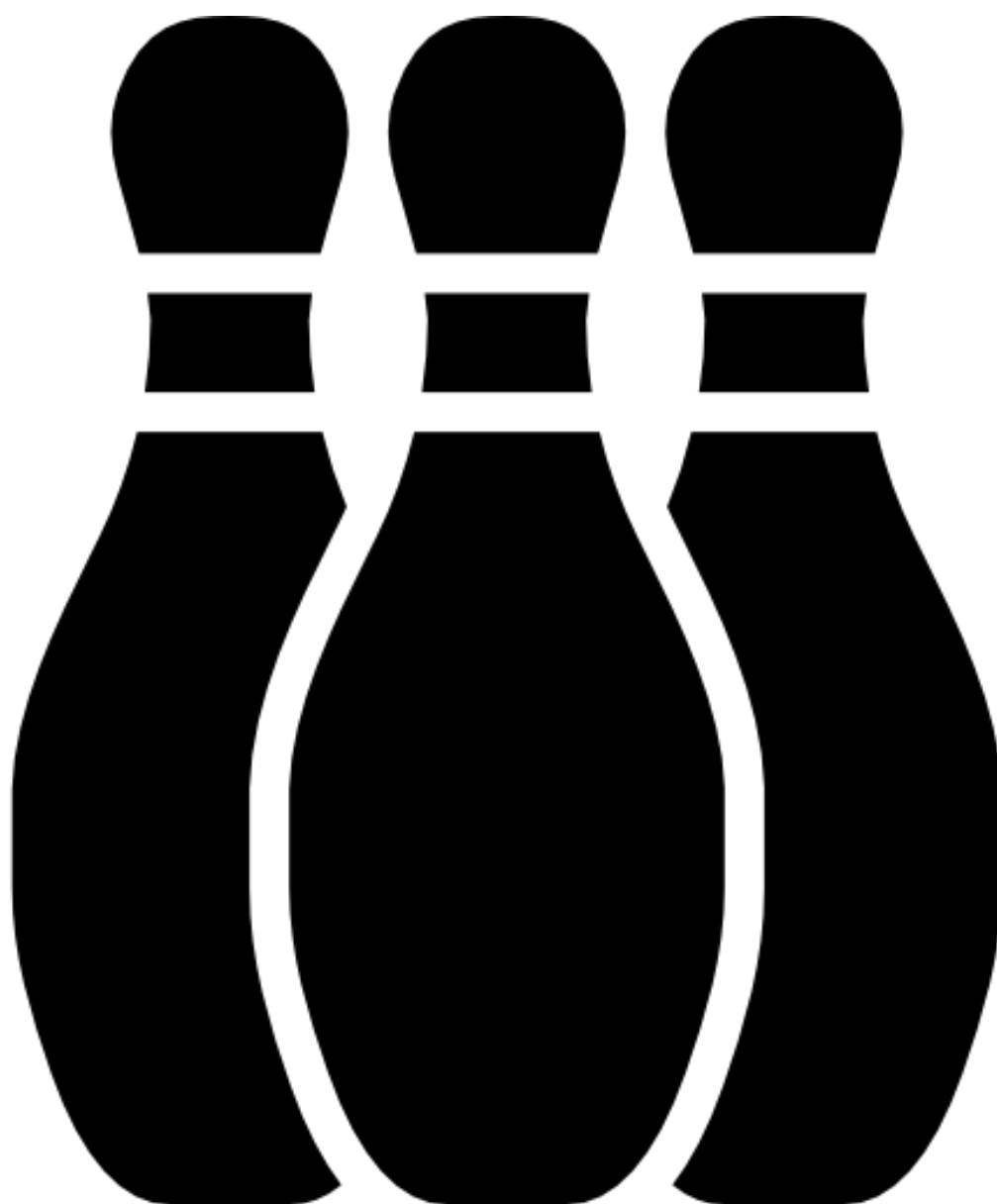
1. Kast en ærtepose og ram ind i en hulahopring, der ligger på jorden.
2. Flyt hulahopringen en meter længere væk (eller gå et skridt bagud) hver gang, I rammer.

Hvor langt kan I komme væk? Hvem kan komme længst? Kan I slå jeres rekord?



Sådan gør I:

1. Stil jer overfor hinanden.
Person A siger "1",
person B siger "2",
person A siger "3",
person B siger "1",
person A siger "2",
person B siger "3",
....og så videre.
2. Skift nu tallene ud en efter en med tre bevægelser, fx.
1 = sprællemænd
2 = drejning
3 = klap
3. Leg med at sætte tempoet op, sæt mere bevægelse på (find selv på andre bevægelser at sætte ind i stedet for 1, 2 og 3).



Rekvisitter:

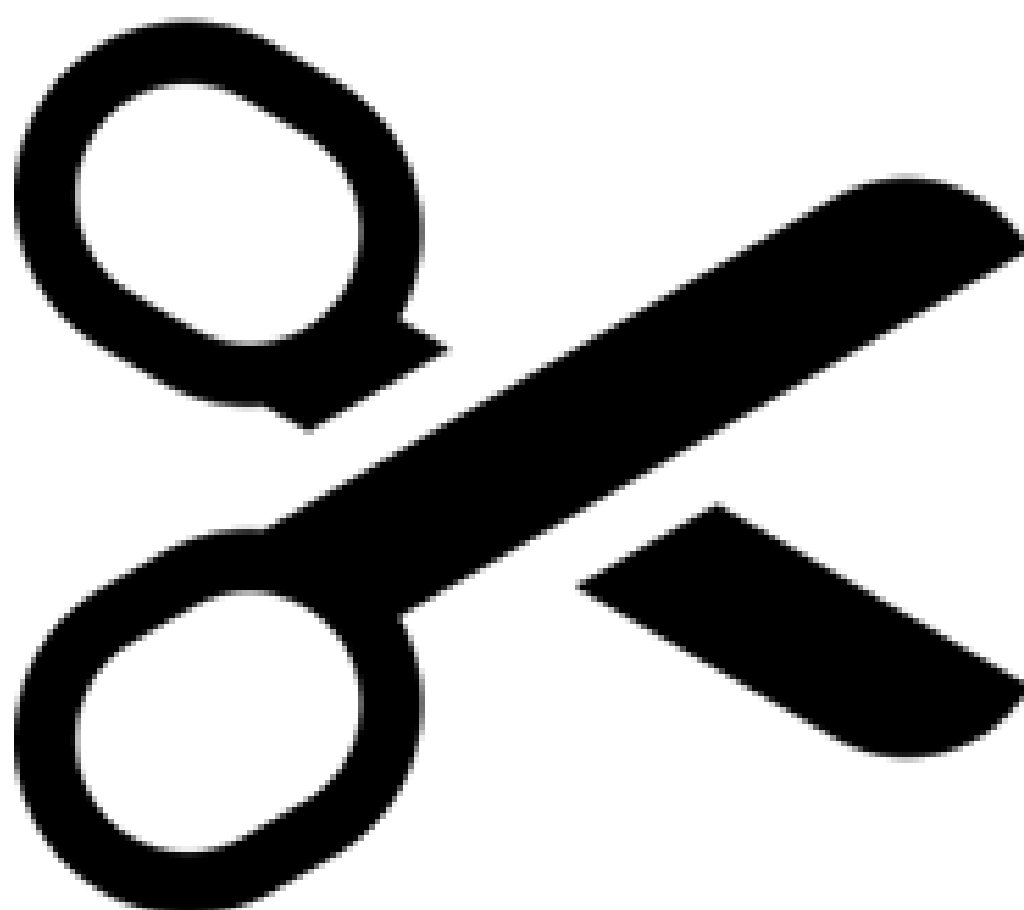
En flaske med vand i

En skumbold

Sådan gør I:

1. Stil jer overfor hinanden (i en trekant, hvis I er tre). Hver deltager har en plastikflaske fyldt med vand.
2. På skift trilles en bold mod den andens flaske. Hvis den vælter, skal man have fat i bolden, før man må rejse sin flaske op igen.

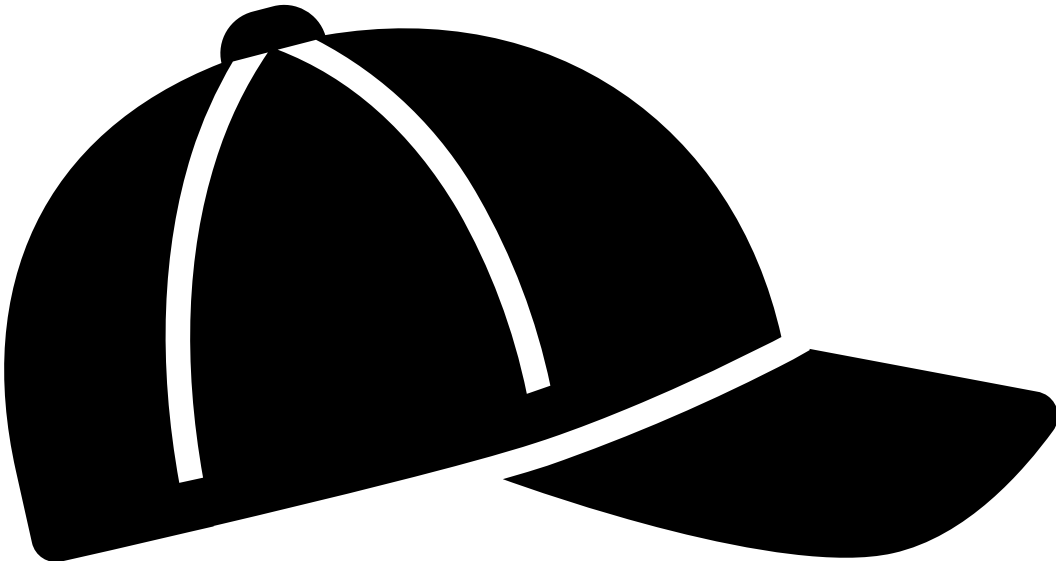
Det gælder selvfølgelig om ikke at få tømt sin flaske.



Sådan gør I:

1. Stil jer overfor hinanden (én og én) på midterlinjen. Lav nu én runde sten, saks, papir.
2. Taberen skal nu vende sig om og spurte ned til sin baglinje. Vinderen forsøger at fange taberen.
3. Hvis taberen bliver fanget, skal han/hun lave en øvelse (fx sprællemænd).
4. Hvis vinderen ikke kan nå at fange taberen er det han/hun der skal lave øvelsen.

Man kan også spille med point i stedet for øvelsen.



Rekvisitter:

1 ærtepose

Sådan gør I:

1. Brug en ærtepose eller en lille bold.
Kast den imellem jer, og tag et skridt bagud hver gang, I griber den.
2. Se hvor langt I kan komme væk fra hinanden.
3. Start forfra hver gang i taber den.

Se om I kan slå jeres egen rekord.



Rekvisitter:

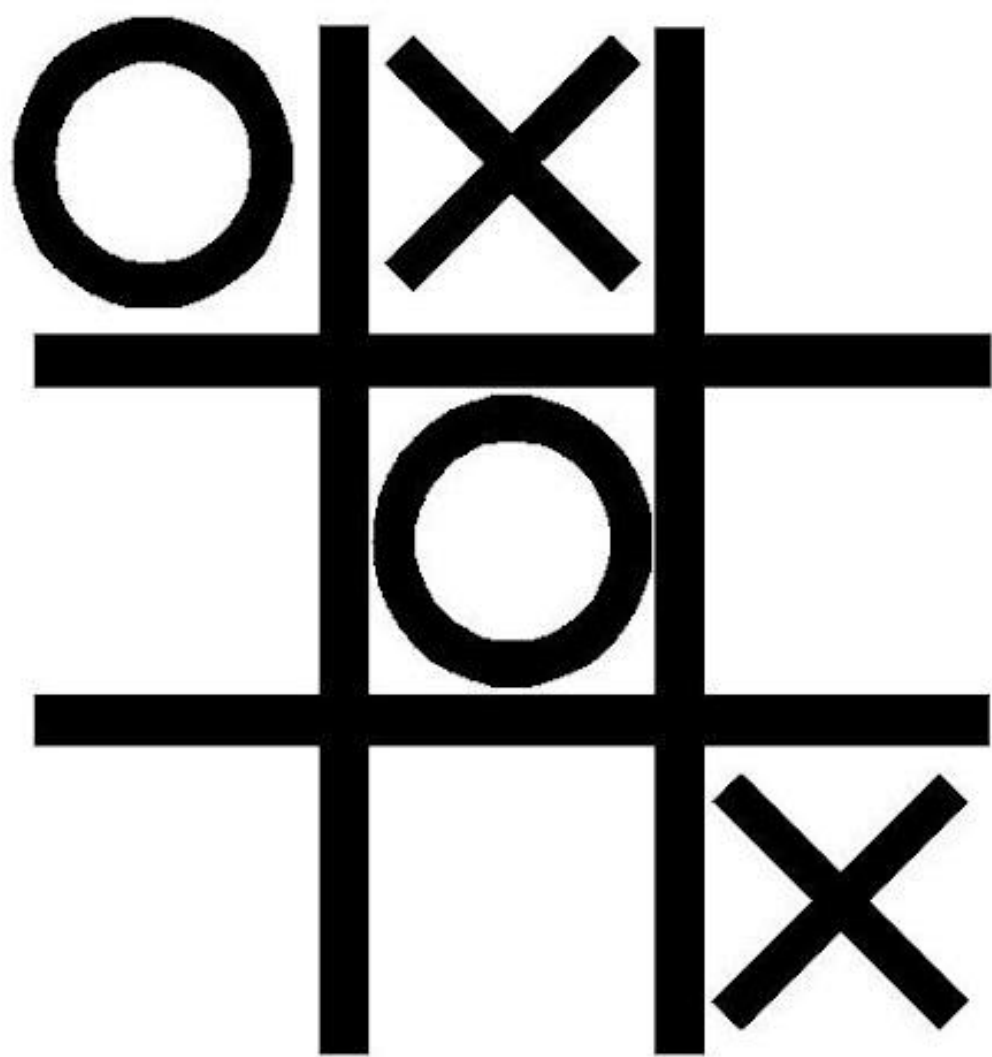
Et bord

Plastikkopper

Sådan gør I:

1. Sæt en plastik kop på kanten af et bord. Brug en til to fingre til at slå den op, så den vender i luften og lander på hovedet inde på bordet.
2. Dyst mod hinanden ved at sætte flere kopper på række overfor hinanden. Se hvem der først får vendt alle kopper om.

Man kan også dyste i hold, hvor man på skift skal vende koppen. Først når person A har vendt koppen må person B gå i gang.



Rekvisitter:

En spilleplade

6 spillebrikker

Sådan gør I:

1. Hvert hold har tre ens spilbrikker.
2. Når spillet går i gang, løber den første i køen hen til "spillepladen", lægger sin brik og løber tilbage til startlinjen og klapper den næste i hånden, som nu må løbe ud til pladen.

Hvis man dyster én mod én, skal man hen til start-keglen hver gang, man har lagt eller rykket en brik.