

IDETYPE:

ATIB

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år

ANTAL:

Gruppe

VARIGHED:

Ca. 10-15 minutter

Tre mand høj:

Hver elev finder sig en makker. De stiller sig i en rundkreds bag hinanden med en lille afstand til et andet makkerpar. Underviseren vælger to personer, den ene skal være mus og den anden skal være kat. Katten jager musen, og bliver musen fanget, bytter de roller, så katten bliver mus. Musen kan få "helle" ved at stille sig "tre mand høj", dvs. bagerst i et par. Herefter bliver den forreste i parret den nye mus, og skal skynde sig væk.

Variation: Musen må selv vælge, om personen stiller sig foran eller bag i rækken. Makkerparret kan også ligge på maven, på gulvet, for at få lidt mere fysisk udfordring ved også at skulle ned og op igen. Der kan også være flere mus og katte.

Formål: At får pulsen op og bevæget sig på en sjov og legende måde.

SÅDAN GØR DU:**Find en makker**

Hver elev finder sig en makker. De stiller sig i en rundkreds bag hinanden, med en lille afstand til et andet makkerpar.

**Kat og mus**

Underviseren vælger to elever, en skal være kat, den anden skal være mus.

**Fangeleg**

Katten jager musen, og bliver musen fanget, bytter eleverne roller.

**"Helle"**

Musen kan få "helle" ved at stille sig "tre mand høj", dvs. bagerst i et par. Herefter bliver den forreste i parret den nye mus og skal skynde sig væk.