

Brain breaks hvor man rører sig og evt. kommer tæt på hinanden

1. Lille hurtig kontaktøvelse

Ingen rekvisitter

Stå overfor hinanden 2 og 2

På 1: Klap jeres højre hænder sammen

På 2: Klap jeres venstre hænder sammen

På 3: Klap begge hænder

Følg instruktion – instruktøren nævner tal i vilkårlig rækkefølge, når det er gennemgået i kronologisk rækkefølge 1-2 gange.

Udbygning

På 4: Højre fod mod højre fod

På 5: Venstre fod mod venstre fod

På 6: Hop

2. Aktiviteter med tøjklammer (kræver plads)

Tøjklammer (1 klemme pr. person)

Hver person sætter en tøjklamme i sit tøj (et sted som er synligt og tilgængeligt).

Gruppen får 30 sekunder.

1. Hvem kan stjæle flest tøjklammer. Når man har "stjålet" en tøjklamme skal den sættes på sit eget tøj. Alle stjæler videre – indtil en alarm ringer. Herefter tæller man antallet, man har på sit eget tøj.

2. Hvem har færrest tøjklammer? Kan man komme af med sin tøjklamme – uden at få sat nye på? Her handler det om at sætte tøjklammer på de andre – og selv få færrest eller ingen.

3. Kig op – kig ned

Ingen rekvisitter

Alle stiller sig i en cirkel. En elev eller underviser er tovholder.

Når tovholderen siger 'kig ned', kigger alle ned i jorden.

Når tovholderen siger 'kig op', kigger alle op og stirrer én person meget tydeligt i øjnene. Hvis personen, du stirrer på, også stirrer på dig, dør I begge to og er ude.

Legen fortsætter indtil, der er fundet en eller to vindere.