

Stafet med knob og stik



Under 10 år
11 - 14 år
Over 14 år



Op til 6 personer
7 - 12 personer
Over 12 personer



15 - 30 minutter



Både inde og ude



Ingen af delene

Formål med aktivitet

Brug kroppen
Brug hjernen
Konkurrence
Nulstilling mellem to aktiviteter
Beredskabsfagligt



Materialer i skal bruge

Små stykker reb på mindst 50 cm
Liste med knob og stik, som kadetterne kender



Sådan gør du dig klar

Kadetterne deles i hold på 3-5 personer pr. hold. Der skal være én instruktør pr. hold. Instruktørerne stiller sig ca. 10-15 meter væk fra holdene. Hver instruktør skal have et lille stykke reb på mindst 50 cm samt en liste med 4-5 knob og stik, som kadetterne kender. Holdene stiller sig klar ved startlinjen.



Beskrivelse af aktivitet

Kadetterne deles op i hold. Den første kadet fra hvert hold løber op til instruktøren og får at vide, hvilket knob eller stik han/hun skal binde. Når det er bundet korrekt, binder kadetten rebet op igen, og det afleveres til instruktøren. Kadetten løber dernæst tilbage og sender den næste afsted.

Det hold, der først har bundet 10 rigtige knob, har vundet.

Instruktioner du skal give deltagerne

"Vi skal lege stafet, så hvert hold stiller sig på række."

"En efter en skal I løbe hen til os, og her vil I få til opgave at binde et knob eller stik. Når I får det gjort rigtigt, så skal I binde det op igen, aflevere rebet tilbage og løbe tilbage igen."

"Det hold, som først får bundet 10 knob eller stik, har vundet."

Hvad du skal passe på

Intet



Egnet til dette beredskabsfaglige emne

Knob og stik



Variation af aktivitet

Alt efter kadetternes kendskab til knob og stik kan listen enten udvides eller kortes ned, så den passer til deres niveau.

Aktiviteten kan også varieres, ved at man leger sækkeløb.

