

Ko-fodbold



Under 10 år
11 - 14 år
Over 14 år



Op til 6 personer
7 - 12 personer



15 - 30 minutter



Ude



Ingen af delene

Formål med aktivitet

Brug kroppen
Samarbejde
Konkurrence
Lær hinanden at kende/tillid
Have det sjovt



Materialer i skal bruge

Saks
1 fodbold
2 fodboldmål
2 papkrus pr. deltager
elastik (helst bred brød
bukseelastik)



Sådan gør du dig klar

Lav brillerne (nok til at hver
kadet kan have sit eget par)
eller få kadetterne selv til at
lave deres briller inden.
Forbered banen og del
kadetterne i to hold.



Beskrivelse af aktivitet

Ko-fodbold er h-y-s-t-e-r-i-s-k morsomt både at være med til og at se på - og så kan ALLE være med.

Ko-fodbold spilles som almindelig fodbold med to hold og to mål. Eneste forskel er, at ko-fodboldspillere bærer specielle briller, der gør det meget svært at se ordentligt, hvilket resulterer i, at det er morsomt at deltage i og endnu mere sjovt at se på! Derfor er legen god i starten, når kadetterne ikke kender hinanden så godt endnu, så isen hurtigt kan blive brudt.

Sådan laver I brillerne:

Brillerne laves nemt og billigt af to papkrus og elastik (helst en bred blød bukseelastik, bruges en almindelig elastik kommer det til at stramme for meget). Klip bunden af hvert papkrus, lav et hul i hver side af kruset og træk først et lille stykke elastik mellem de to krus og fæstne enderne indeni kruset, når længden passer med, at du kan se ud af hvert krus. Så binder du et stykke elastik i den anden side af hvert krus, sådan at det kan nå rundt om dit hoved – og vupti: Nu har du et par kobriller. Når du kigger ud af dem, vender de begge en smule udad, hvilket gør det meget svært at se alle spillere og banen.

Instruktioner du skal give deltagerne

"Vi skal spille fodbold, men med et twist. I skal allesammen have ko-briller på."

Hvad du skal passe på

Intet



Egnet til dette beredskabsfaglige emne



Variation af aktivitet

Brillerne kan evt. gemmes og
anvendes til andre aktiviteter
fx fangeleg.

