

Strategi
Balance
Mod

Kommunikation

Samarbejde
Overblik
Kropskontrol
Selvtillid

PERIODE:
Forår, Sommer, Efterår

VARIGHED:
1 dag, fx fra kl. 9 - 13

MÅLGRUPPE:
7. - 10. klasse

Kassestabling & Elastikløb

FORMÅL & INDHOLD:

Eleverne udfordres på samarbejde, mod, koncentration, balance og kropskontrol.

I begge aktiviteter konkurrerer eleverne i hold.

Kassestabling handler om at få hinanden helt til tops på et tårn af sodavandskasser.

Tårnet bygges op fra grunden, mens man bevæger sig op i 6 meters højde, én kasse af gangen.

I Elastikløbet skal eleverne løbe så langt de kan for at placere en genstand, mens modstanden bliver større og større fra den elastik, der er fastgjort mellem eleven og et træ.

Eleverne får styrket sin selvtillid og tester tilliden til egne evner.

Aktiviteten kan styrke elevernes alsidige udvikling.

ØKONOMI:

Forløbet er gratis. Transport er pt. udgiftsneutral. Evt. transport bestilles ved booking af forløbet.

DET STILLER UNGDOMSSKOLEN TIL RÅDIGHED:

Uddannet instruktør + grej, kasser og sikkerhedsudstyr.

VIGTIGT AT VIDE:

Medbring udendørs tøj efter vejret, kondi- eller gummisko, skiftetøj, madpakke og drikkedunk.

Denne aktivitet kan også indlægges som en post, hvis skolen arrangerer et stjerne- eller orienteringsløb.

TJEKLISTE:

Se tjeklisten for mere info om booking, forsikring og lærerens opgave.

www.esbu.dk