

# Grab it!

*Fang hinandens finger. Skaber grin og energi på kort tid.*

Varighed:  
5-10 min.

## Formål

- Have det sjovt sammen.
- Skab fysisk aktivitet.
- Skab læringsparathed.

Egner sig bedst til:  
**2-1000 pers.**

## Materialer:

- Ingen

## Fysisk setup:

Kræver at deltagerne står op. Kan laves mellem borde eller stolerækker, så den kræver ikke særlig plads.

## Sådan gør du:

Bed deltagerne om at stille sig i par overfor hinanden.

### Runde 1:

- A stiller sig med flad hånd vendt mod B (som i et "hej").
- B skal nu med pegefingern prøve at prikke på A's håndflade 5 gange, uden at A fanger fingeren med hånden.

### Runde 2:

- Der byttes, så A nu skal prøve at prikke B's håndflade 5 gange uden at blive fanget.

### Runde 3:

- Nu bliver det svært. Nu skal A og B gøre begge dele samtidigt.
- A og B stiller sig med en flad hånd og en pegefinger hver. Således at de med den ene hånd skal prøve at prikke den andens håndflade og med den anden hånd skal undgå, at der bliver prikket på deres håndflader.

## Tip:

- I kan evt. slutte med at stille jer i en rundkreds og vende en flad hånd mod højre og en pegefinger mod venstre.
- Du tæller til tre og så prøver alle at prikke håndflader og fange fingre på samme tid.

Kilde: Moving Minds

Hentet på: [www.movingminds.dk](http://www.movingminds.dk)