



KULTUR
BRETT
SPILL
DU KAN SPILLE
PÅ TUR ELLER I
FRILUFT

WWW.FRILUFTSLIVMAMMA.NO



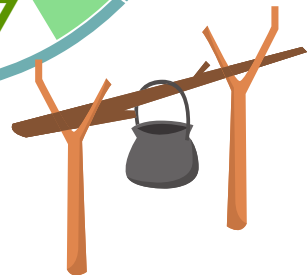
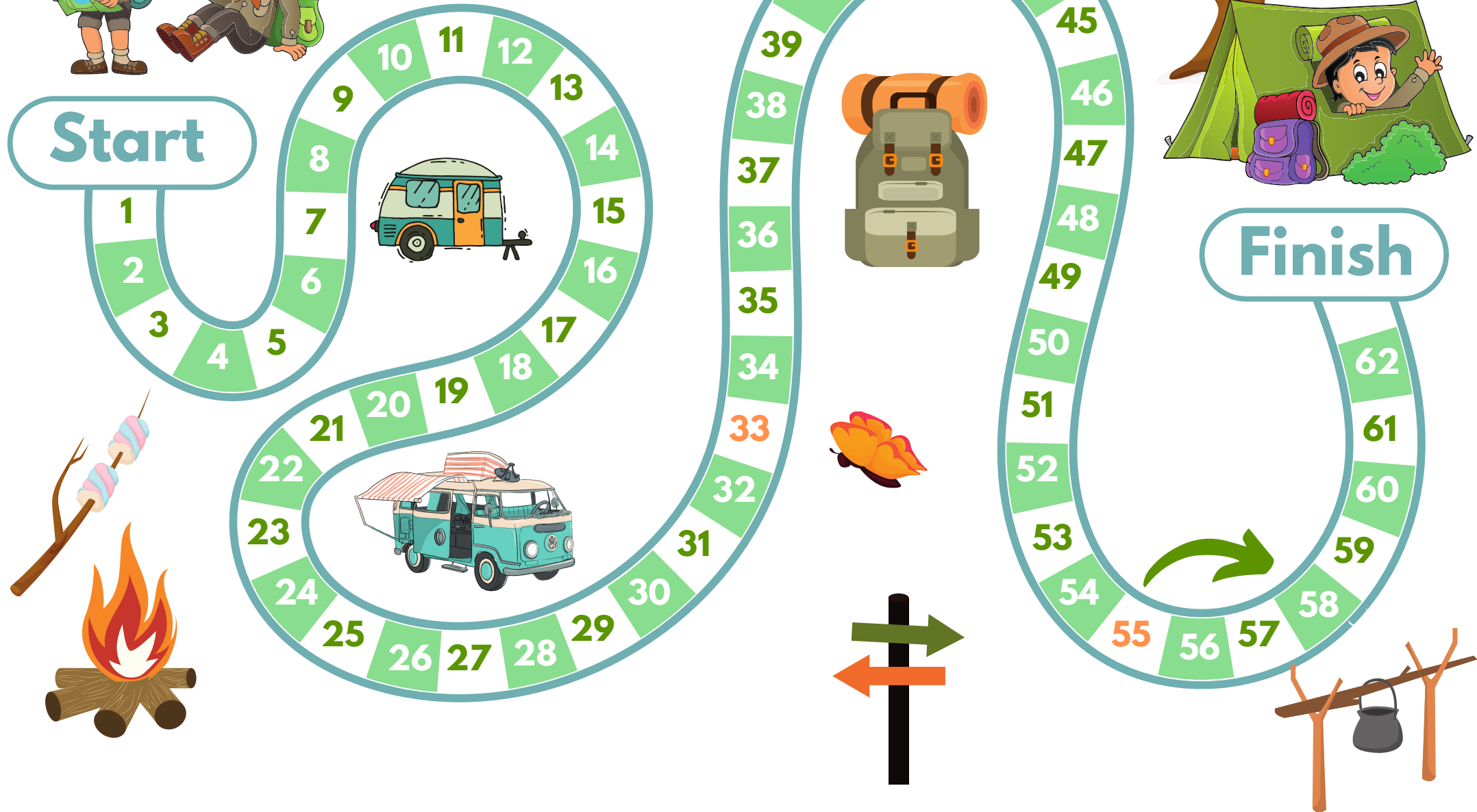
INSTRUKSJONER 1

- **FINN TERNING**
- **TRILL DEG GJENNOM SPILLET OG UTFØR OPPGAVENE DU LANDER PÅ**
- **FØRSTE MAN GJENNOM BRETT SPILLET VINNER**
- **LAMINER GJERNE SPILLET, DA VARER DEN LENGER**
- **DET VIL KOMME NYE OPPGAVER TIL DETTE SPILLET**

VS

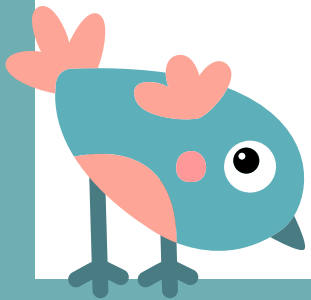
INSTRUKSJONER 2

- **FINN TERNINGER, NOK TIL AT ALLE LAG HAR EN TERNING**
- **MAN TRENGER IKKE BRUKE BRETTSPILLET PÅ DENNE**
- **ALLE LAG STARTER MED Å TRILLE TERNINGEN SAMTIDIG, DERE KONKURRERER OM Å KOMME TIL 62 FØR ALLE ANDRE**
- **KORTENE LAMINERES GJERNE, LEGGES PÅ EN PLESS DER LAGENE MÅ ROTE SEG FREM TIL SITT NUMMER**



Trill og Spill

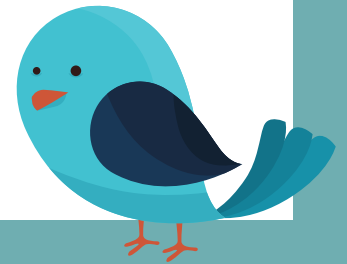
Lag en felles dans, med minst fem bevegelser



1

Trill og spill

Lær en ting om hver av deltakerne



2

Trill og Spill

Lag en menneskelig statue, der alle deltar



3

Trill og Spill

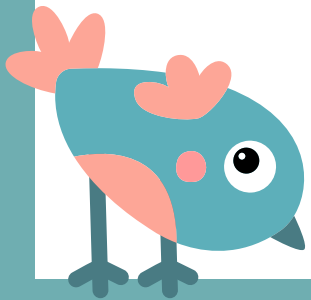
Lag ett slagord alle er enig i



4

Trill og Spill

Alle på gruppen forteller om seg selv,
minst 5 ting

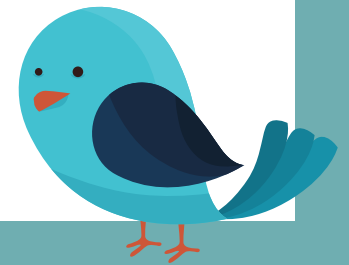


5

Trill og spill

En person skal mime ett ord,
de andre på gruppa skal gjette

6



Trill og Spill

Alle skal hoppe på venstre fot

7



Trill og Spill

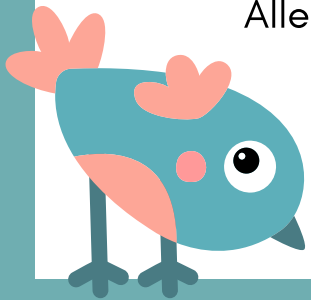
Alle skal prøve å stå på hendene

8



Trill og Spill

Ta ett heiarop,
En sier: Ole Ole Ole
Alle svarer: Brum Brum Brum
En sier: Nasse Nasse Nasse
Alle svarer: Nøff Nøff Nøff

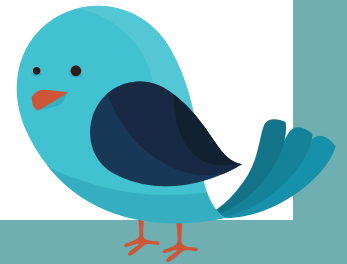


9

Trill og spill

Fortell en vits

10



Trill og Spill

Hopp på høyre fot

11



Trill og Spill

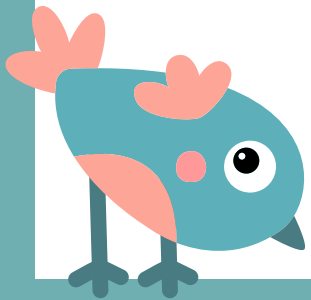
Ta 2 pushups

12



Trill og Spill

Vokser det makaroni i spania?

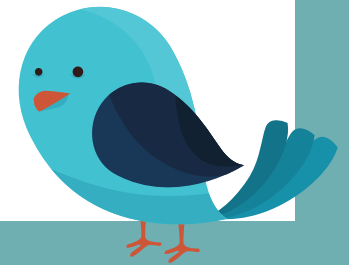


13

Trill og spill

Gå ett steg tilbake til deres siste kort og start igjen

14



Trill og Spill

Si noe fint om de andre i gruppa

15



Trill og Spill

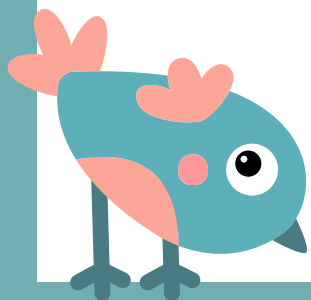
Gratis tur, trill igjen

16



Trill og Spill

Rop: Gi meg en B-R-A-V-O
Alle: BRAVO - BRAVO - BRAVO



17

Trill og spill

Memory: En/To går bort fra de andre
Alle andre går sammen to og to, finner en lyd de skal ha til felles. Da kommer de inn vekselvis og skal gjette par fra rutenetter folk har plassert seg i. Dem som pekes på må lage lyden sin.

18



Trill og Spill

Lek pølse i brød tikken, blir man tatt må man få to pølsebrød på hver side for å bli fri.

19



Trill og Spill

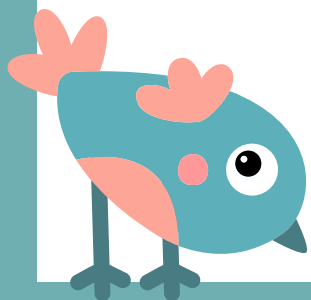
Bytt plass med personen til venstre for dere.

20



Trill og Spill

Alle introduserer seg selv: Jeg heter "Fredrik" og har blå underbukse.

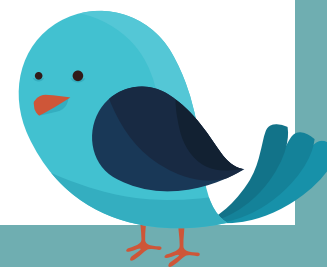


21

Trill og spill

Blindebukk; En har bind for øynene og de andre forteller personen hvor å gå ved å bruke høyre, venstre, opp, ned.

22



Trill og Spill

Kan en struts fly?

23



Trill og Spill

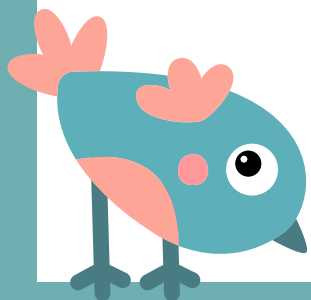
Kan du hoppe høyere enn rådhuset

24



Trill og Spill

Navnerunde, lær navnene til alle på gruppa

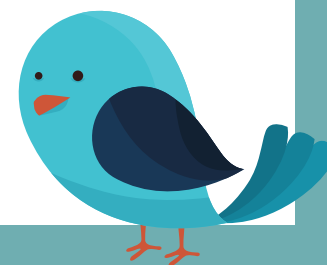


25

Trill og spill

Alle ned på alle 4

26



Trill og Spill

Tilbake til der du var sist, trill på ny

27



Trill og Spill

Spill kjendis, lag en lapp og få en som ikke har sett den til å feste i panna/på hodet. Den skal gjette hvem han er ved p spørre

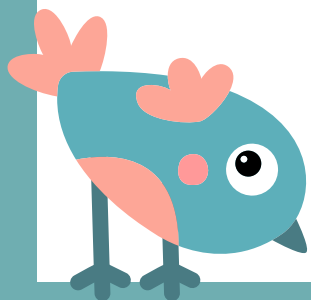
spm.

28



Trill og Spill

Fortell en gåte og de andre skal gjette

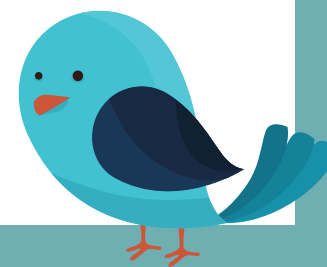


29

Trill og spill

En forteller forskjellen på HLR på barn og voksne - (lov å søke eller ha ark klar)

30



Trill og Spill

Knyt en båtmannsknop (lov å søke, eller ha ark klar)

31



Trill og Spill

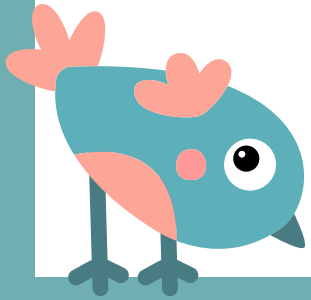
Blindebukk, gå i to og to, led en med skjerf over øyene gjennom minst 2 hindringer.

32



Trill og Spill

Hopp bukk over hverandre

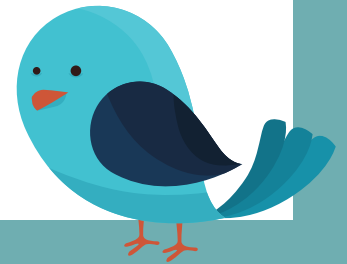


33

Trill og spill

Lek rødt lys

34



Trill og Spill

Tilbake til sist tall og trillt igjen

35



Trill og Spill

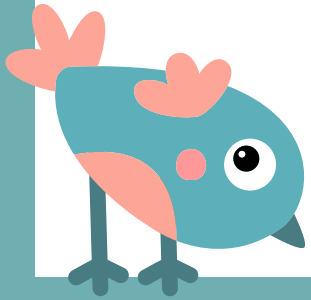
Alle velger ett dyr og dramatiserer

36



Trill og Spill

Finn noe gult

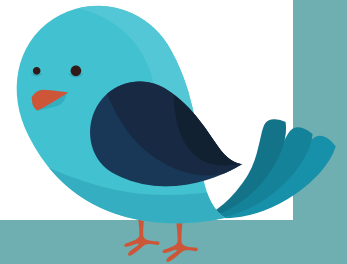


37

Trill og spill

Finn ett blad

38



Trill og Spill

Tegn/Lag ett blad av naturen du finner rundt deg

39



Trill og Spill

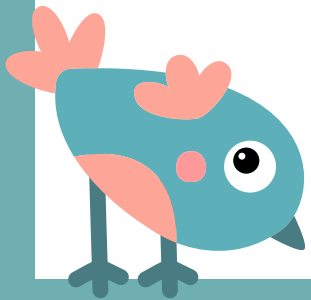
Hva er bålreglene i Norge?

40



Trill og Spill

Hva er sporløsferd?

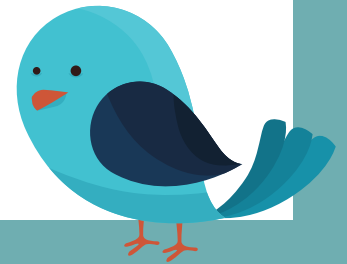


41

Trill og spill

Hjelp noen i gruppen å slå hjul

42



Trill og Spill

Tilbake til sist tall og trill igjen

43



Trill og Spill

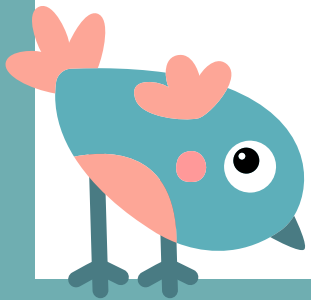
Hvor vil du reise eller gjøre i Norge?

44



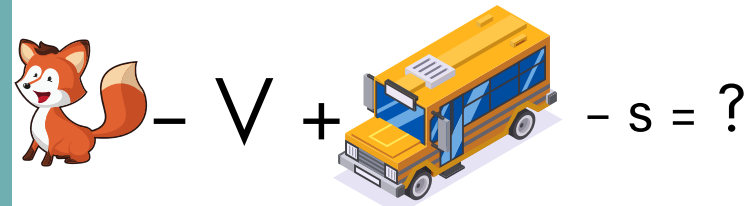
Trill og Spill

Hvem er fantorangen?

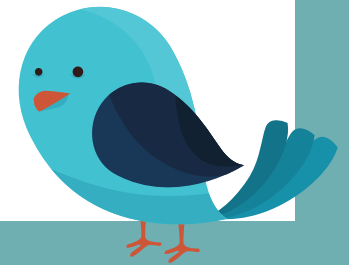


45

Trill og spill



46



Trill og Spill

Mammaen og pappaen til Frank hadde tre barn, alle ble født på sommeren. Det første het Juni, det andre barnet het Juli. Hva het det tredje barnet?

47



Trill og Spill

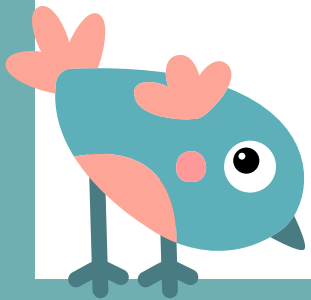
Hvilken høne har ikke fjær?



48

Trill og Spill

Hva blir våtere jo mer det tørker?

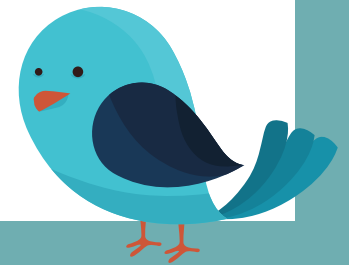


49

Trill og spill

Hvor mange måneder har 28 dager?

50



Trill og Spill

Legg meg på min sife, så er jeg alt. Skjær meg i to og jeg er ingenting. Hva er jeg?

51



Trill og Spill

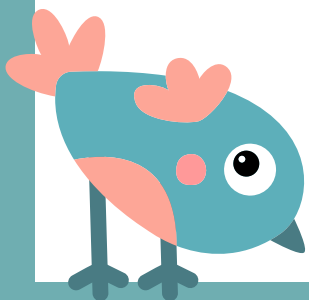
Hvis du spiser meg, vil avsenderen spise deg. Hva er jeg?

52



Trill og Spill

Jeg har byer, men ingen hus, skog men ingen trær, vann men ingen fisk. Hva er jeg?

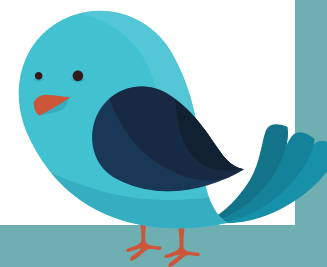


53

Trill og spill

Rull rundt

54



Trill og Spill

Gå baklengs rundt hverandre

55



Trill og Spill

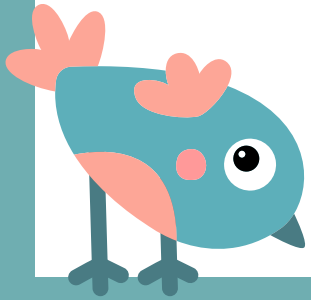
Legg deg ned, slapp av i 1 min

56



Trill og Spill

Løp slalom mellom de andre



57

Trill og spill

Gjør bjørnen sover

58



Trill og Spill

Syng en liten sang

59



Trill og Spill

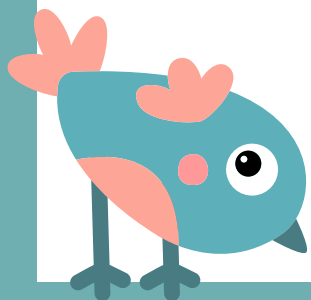
Lek haien kommer

60



Trill og Spill

Syng kaptein sabeltann



61

Trill og spill

Plukk opp noe søppel

62



Ha det gøy

- Husk tilstedeværelse og innlevelse fra dere som store og voksne
- Ha det gøy sammen
- Kanskje dere kan ha en premie, som alle kan få eller smake.
- Kanskje dere har flere familier på tur, det flere det bedre

Nyt kvalitetstiden!
HUSK det er bare ett spill :-)