



# Spirer: Vandreturstøser

## Formål

Spejdere går. Sådan har det altid været. Og det er stadig sjovt! Snør skoene godt og gå ud i lokalområdet, men ikke før I ved, hvordan man går rigtigt, og hvordan man skal opføre sig i trafikken. Med udfordringsmærket Vandreturstøser skal spirerne i det små prøve kræfter med den klassiske spejderdisciplin, hike. De skal opleve glæden ved at gå, men ikke før de har været på besøg i Ministeriet for gakkede gangarter og har helt styr på remsen "Rød mand gå, grøn mand stå!".

## Forudsætninger for grønspirerne

Ingen særlige.

## Forudsætninger for lederne

Ingen særlige.

## Om trinene

### Trin 1

Fjollede fødder.

### Trin 2

Trafikken.

## Udfordring

Vandre-gå-turs-hike.

## X'et

Lav udfordringen en dag, hvor I kan være afsted i flere timer. I kan evt. invitere forældre og søskende med.



## Trin 1 - Fjollede fødder

### Introduktion

Når man skal på hike, er det vigtigt, at man har det rigtige fodtøj på og går ordentligt. Hvis man kommer af sted i de helt forkerte sko, risikerer man nemt at få vabler og ondt i fødderne. Hvis man går helt skørt, kan man få ondt forskellige steder på kroppen, og så er det pludselig ikke så sjovt at gå. På dette trin skal spirerne finde ud af, hvad der er gode sko, og hvordan man går bedst.

### Aktiviteter

**Skostafet:** Lav en stafet, hvor pigerne skal løbe i forskellige typer sko. Det kan være højhælede sko, træsko, klipklappere, gummistøvler, hjemmesko osv. Legen skal vise, at noget fodtøj er bedre at gå og løbe i end andet.

**Gakkede gangarter stafet:** Lav forskellige stafetter, hvor spirerne skal gå på forskellige måder. Det kan være krabbegang, bundet sammen med fødderne to og to, på ski osv. Det handler om at vise pigerne, at det ikke altid er lige nemt at komme fremad, hvis man går på en skør måde.

**Ministeriet for gakkede gangarter:** Der er gået helt kuk i den i Ministeriet for gakkede gangarter. Alle optegnelserne af de skøre gå-former er forsvundet. Derfor må spirerne hjælpe ministeriet med at finde på nogle nye. Tag gerne udgangspunkt i Monty Pythons sketch "Ministry of Silly Walks". I kan evt. se den på YouTube sammen med pigerne. Pigerne skal finde på nogle skøre måder at gå på og vise dem for hinanden. I kan evt. lave et podie eller en rød løber, som de kan vise deres gangarter på. Pointen er, at det ikke er særlig nemt eller sjovt at gå langt, hvis man går på en helt fjollet måde.

**Gå en rask tur i området:** Slut mødet af med at gå en rask tur rundt i området, hvor pigerne går rigtigt – altså uden fjol og skøre indfald.

### Afslutning

Hvilket fodtøj har I på i skole? Er de gode at gå i? Er det vigtigt for jer, at skoene er pæne?

### Materialeliste

- Sko i alle afskygninger
- Materiale til podie eller lignende

## Trin 2 - Trafikken

### Introduktion

Når man skal ud at gå, er det vigtigt, at man overholder de regler, der er for fodgængere i trafikken. Spirerne skal på et løb, hvor de lærer trafikreglerne at kende på en sjov måde.

### Aktiviteter

**Leg: Rød, gul, grøn, stop:** En pige står med ryggen til resten af pigerne. De andre står på en række ca. 25 meter bagved. Pigen siger: Rød, gul, grøn – stop! – mens gruppen løber frem. Ved stop skal de stå helt stille, og pigen vender sig hurtigt. Hvis nogen bevæger sig efter, at der er sagt stop, skal de starte forfra. Den, som først når frem til den pige, der siger rød, gul, grøn - stop, skal sige det næste gang.

### Løb om trafiksikkerhed:

Post	Beskrivelse	Materialer
1	<u>Gå lige over vejen.</u> Når man går over vejen, er det vigtigt, at man går lige over og ikke zigzagger for meget. Læg en snor på jorden og øv jer i at gå lige ud. Prøv og se, om I kan gå lige, hvis I kigger en anden vej end lige ud. I kan også lave det til en leg, så man bliver fanget af de farlige krokodiller (de andre spirer), hvis man kommer til at gå uden for stregen.	Tov/snor
2	<u>Rød mand stå, grøn mand gå.</u> Rød mand stå, grøn mand gå – er en god remse at kunne. Så ved man, at man altid skal stå stille, når den røde mand lyser, og først må gå – når man har set sig for - når den grønne mand lyser. Remsen bliver endnu sjovere, hvis man sætter lidt rytme og musik til den. Prøv at finde et youtube klip, som kan give inspiration til, hvordan man kan sætte rytme til remsen. Find gerne selv på sjove instrumenter eller noget andet, I kan bruge til at finde rytmen.	Rytmer fx fra youtube Primitive musikinstrumenter
3	<u>Hvor kommer lyden fra.</u> I et større område lægges æggeure eller noget andet, der kan sige en lyd i længere tid. Det er nu spirernes opgave at finde ud af, hvor lydene kommer fra. I trafikken er det nemlig vigtigt, at man hører efter	Æggeure

	de lyde, der er, og hvilken retning de kommer fra.	
4	<u>Gæt en lyd.</u> Gem rundt i området billeder af forskellige ting, der optræder i trafikken (bil, cykel, knallert, en på rulleskøjter/skateboard). Afspil en lyd, der passer til et af billederne, for spirerne. De skal nu finde billedet af den rigtige lyd. I kan søge efter lydene på nettet. Det er vigtigt, at man kan kende forskel på de forskellige lyde i trafikken, da det er med til, at man kan afkode og læse trafikken.	Billeder og lyde fra trafikken

## Afslutning

Er I vant til selv at være i trafikken, eller følges I med en voksen? Hvis I følges med jeres venner, er det så svært at være opmærksom på trafikken?

## Materialeliste

- Tov/snor
- Primitive musikinstrumenter eller rytmer
- Æggeure
- Billeder og lyde fra trafikken



## Udfordring - Vandregå-turs-hike

### Introduktion

Spirene skal på skovturshike

### Aktiviteter

Vælg og tilpas en af følgende til jeres lokalområde og muligheder, husk det vigtigste er, at pigerne får en fornemmelse af at kunne gå en længere tur:

- Gå en god tur i skoven eller parken måske med kamera og lad pigerne tage naturbilleder, Billeder med natur + deres fødder (steder jeg har gået). Disse kan så bruges til enten en collage eller som udgangspunkt for at arbejde med naturen som næste emne.
- Har man arbejdet med udfordringen stifinder, laves en afmærket rute, som pigerne så skal følge.
- Marker en rute og hæng puslespilsbrikker op undervejs. Slut af med at samle det. Er det en stor spireflok laves 2 sæt, og man kan så lave en lille konkurrence om, hvem der samler det hurtigst.

### Afslutning

Huskede I at have gode sko på?

### Materialeliste

- Billeder der kan printes og klippes til puslespil (eller brug et alm. puslepil)

