

Följa John

Följ ledaren (Kreativitet, rörelsekoordination, uppmärksamhet på detaljer, följa, leda)

Beskrivning:

Samla gruppen i ett stort rum. Utse en person till ledare. När musiken spelas ska hen röra sig: De andra följer efter och härmar ledarens rörelser. Låt detta pågå i 30–60 sekunder. Då namnger du en annan person som börjar leda. Se till att alla får chans att leda.

Användbara idéer:

1. För att göra detta mer utmanande kan du låta dem byta ledare vid vissa takter i musiken. Till exempel genom att använda musik i åttondelstakt, där varje person leder i fyra eller åtta takter innan de byter.

