

# Oh No... No Way!

## Kompendium

Senior kursus Vork. Efteråret 2012.



*"Deltagerne i gruppen "Oh no...No way" har i efterårsferien arbejdet med teambuilding og gruppepsykologi både i teori og praksis samt den rolle som teamet spiller i sociale sammenhænge.*

*Igennem efteråret har deltagerne i Oh no... No way forholdt sig til hundredevis af dilemmaer, søgt egne grænse og arbejdet under pres. De har været igennem mange forskellige aktiviteter omhandlende alt fra natklatring, vandstafet og dykning samt aktiviteter, som vil kunne anvendes direkte i kredsen.*

*Deltagerne har taget stilling til at egne grænser, men også truffet valg for sine teammedlemmer med henblik på at lære at vurdere egne og andres kompetencer, grænser og svagheder.*

*De kompetencer, som deltagerne tager med videre, er af både faglig og personlig karakter, som rustet dem som (fremtidige) ledere hjemme i kredsen."*

Gruppen bestod af 20 deltagere. (Fordelingen: 12 piger og 8 drenge.)  
Samt 4 instruktører.

Herunder følger uddrag af de aktiviteter gruppen har gennemgået.:  
Vær opmærksom på, at dele af de nedenstående aktiviteter kun kan laves, i samarbejde med personer, der er indehavere af div. certifikater.

Vedhæftet er modulerne:

- Vorkmesteren
- Hvor meget spiser dit team
- Rettighedernes kamp

God læselyst fra instruktørerne:

Louise Simonsen, Hanna Christensen,  
Ann Kirstine Larsen og Jakob Hjuler Christensen

## **Rettighedernes kamp**

Hvert team har som udgangs punkt kun 1 m2 at være på hele den kommende eftermiddag, ingen adgang til toiletter, mad, tut eller lov til at snakke med omverden. Via dystere og fysisk udfoldelse skal de nu skaffe dem disse rettigheder tilbage.

### **Mål:**

At skaffe så mange remedier så det er muligt at få mad, toiletbesøg osv. skabe frihed.

### **Tid:**

30 min til at forklare spillereglerne i.

1 time til at skaffe redskaber og materialer.

30 min til at producere og bytte/ forhandle i.

2 timer i fangeskab

### **Redskaber:**

saks, lineal, tape, passer, blyant, klipsemaskine

2 Sakse – krave en mand dyst to mod to, sten saks papir, fød bjørn, hvem kommer først

2 linealer – bezzerwisser, knob, flest hop i sjippetov, drikke en flaske vand hurtigst

1 tape – kaste længst, trække tændstik, komme længst med cykel slange om maven,

2 passer – tovtrækning, armstand, menneskepyramide, bryd mosekode hurtigst

3 blyanter –

2 klipsemaskiner -

### **Materiale:**

grøn, blå, rødt, gult og hvidt papir

Hvidt papir – 20 mavebøjninger

Gult papir – 20 armbøjninger

Rød papir – 30 ryg, 20 mave

Grønt papir – 50 squas

Blå – 20 mavebøjninger, 30 bridies, 30 ryg

### **Toilet ,et besøg**

To A4 ark i rødt og hvidt sat sammen med 4 klips i hvert hjørne

### **Plads ca. 05, m2**

Origami svanen i gult

### **Tut billet for en**

Menneske - rød hoved, hvid mave, grønne arme og et blå og et gult ben skal være tapet sammen

### **Luksus tæppe el stole dobbelt op = sofa**

fire cirkler i forskellige farver en af cirklerne skal være blå med diameter på 18 cm klipset sammen –

### **Kommunikation til omverden for en per.**

origami svane der er tapet faste på en hvid cirkel med d. på 20 cm

Alt i produktionen skal godkendes før det træder i kraft.

## Er B bange for højder?

### Koncept:

Tidligere på dagen har hvert team lært hinanden at kende i deres indhegninger. Nu skal de vise hvor godt de kender hinanden.

Teamene dystet mod hinanden på følgende måde:

- Hver person får et bogstav (A, B, C, D, E)
- En instruktør trækker et kort med et spørgsmål (Eksempelvis: Er A bange for højder?)
- A skal nu svare om han mener, at han er bange for højder. De øvrige i teamet skal ligeledes svare det på spørgsmålet.
  - o Det team, som har flest som er enige med A, modtager et point.

Det team, som efter spillet har flest point vælger soveplads

OBS: Der dystes om gårsdagens sovepladser. Hvert team har valget om de vil sige ja til dysten eller blot have en presenning og to stykker reb til en bivuak.

### Spørgsmål:

- Er a bange for højder ?
- Er c en dårlig taber ?
- Er d højere end 1.65 cm?
- Er b et rigtigt familiemenneske?
- Har e mere en 1 søskende?
- Har b et kæledyr?
- Har a andre i sin familie, som er FDFére?
- Er d kristen?
- Græder e sommetider til film?
- Har c nogensinde sovet udenfor i sovepose i december?
- Har a en storebror?
- Er b morgenfrisk?
- Kan d lide at gå i kjole?
- Bor c i lejlighed?
- Har e et arbejde?
- Er c god til at løbe?
- Er d stærk?
- Har a en god tålmodighed?
- Giver b let op?
- Er e modig?
- Er a bange for edderkopper?

### Del 2: Teamspørgsmål

- Har teamet tilsammen været på Vork mere end 10 gange?
- Er der én i teamet som har vandskræk?
- Er gennemsnitsalderen i teamet mere end 17 år?
- Kan over halvdelen i teamet slå en kolbøtte?
- Har teamet over 13 søskende i alt?

# DILEMMA-BOMBARDAMENT

## Plot:

Der er tale om et ”spil” på 3 timer, hvor hvert team skal tage stilling til et bombardement af ”dilemmaer”/udfordringer. .. Uret kører på 2 timer Hvor mange dilemmaer kan teamet mon nå på den givne tid?

Når et team bliver præsenteret for et dilemma, skal de indenfor 30 sekunder tage stilling til om de vil acceptere ”dilemmaet”. Hvis teamet ikke har svaret indenfor 30 sekunder er udfordringen accepteret.

Hvis teamet vælger at acceptere dilemmaet må de forsøge at klare dilemmaet. Hvis de klarer et dilemma får teamet 1 point.

Hvis teamet accepterer dilemmaet, men ikke klarer det svarer dette til at bruge et nej.

Hvis teamet ikke accepterer et dilemma svarer det til et ”nej”. Teamet skal tænke på at de kun har et bestemt antal nejér.

Det kan være smart at afslå enkle dilemma, da de eksempelvis er meget svære eller tidskrævende. Dilemmaerne giver nemlig ikke individuelle point, men hvert løst dilemma giver 1 point.

## Dilemmaer

1. Tør du læse et digt højt for en anden gruppe?  
Teamet skal vælge et digt, og mindst to personer skal fremføre digtet for en anden gruppe. Det er vigtigt at oplæsningen kan dokumenteres
2. Kan Teamet løbe 5 km på 10 min?  
Der er opmålt en strækning på 100 m. Teamet skal i alt løbe strækningen 50 gange
3. Kan alle fra dit team have taget en dukkert i søen på 10 min? (Håret skal være vådt)  
(Der skal en instruktør med ned til søen. )
4. Kan I samle 1 dl spyt på 10 min
5. Kan en tilfældig person på teamet svare på spørgsmål om hjemby, søskende, skole, kæledyr om en de andre personer fra teamet?  
Der trækkes lod ud fra teamets deltagers bogstaver på ja/nej-kortet.  
En instruktør finder på 5 spørgsmål om teamkammeraterne. Der skal svares rigtigt på 3 spørgsmål
6. Kan alle i teamet hver binde et råbåndsknob i stilhed. Man må vise, men ikke overtage andres reb) på 10 min.
7. Kan I svare rigtigt på 1/3 af spørgsmålene på et Bezzerwiskerkort?
8. Kan I koge 4 L vand på 10 min. (vandet behøver ikke koge samtidigt) opsamles når det har kogt, og tælles sammen til sidst..
9. Kan du finde på 25 ord på mindst fire bogstaver ud fra disse bogstaver:  
a,a,b,e,e,k,k,l,l,l,o,s,s,s,v, ”

10. Kan I morse 7 forskellige, vilkårlige ord på 5 min.

11. Kan I svare korrekt på 8 spørgsmål om forbundet på 5 min

- Hvornår blev FDF stiftet? 1902
- Hvor er Holger Tornøe født? 15 februar 1881
- Hvilken kreds er den største? Karlslunde
- Hvor mange medlemmer havde FDF i 2011?
- Hvor mange år har smeden været med i FDF?
- Hvor mange deltagere er med på Vork i år? 149
- Hvad er FDFs formål? Formålet med FDF er at møde børn og unge med evangeliet om Jesus Kristus.
- Hvad hedder de nye GEÅ medarbejdere? Mikkel Heie Nielsen, Camilla Pelzer, Katja Rahbek Henning

12. Kan I svare korrekt på 20 spørgsmål om forkyndelse på 5 min.

- Hvilken profession havde Zakæus? Overtolder
- Jesus gjorde sin entré i Jerusalem ridende, på hvilket dyr? Et æsel
- Hvilken kristen helligdag er opkald efter netop indtoget i Jerusalem? Palmesøndag
- Hvad er navnet på den desipel, der forrådte Jesus for penge? Judas
- I hvilken form fik Judas udbetalt sine penge? *Svarmuligheder:* A)Guldpenge, B)Sølvpenge eller C)Kobberpenge? Sølvpenge
- I en lignelse bliver en mand sænket ned gennem et tag, for at blive helbredt af Jesus. Hvad fejlede manden? Han var lam
- I hvilken by blev Jesus født? Betlehem
- Hvad lovede Gud Abraham? *Svarmuligheder:* A)At han ville få mange kameler? B)At hans kone ville lade ham få et barn med trælkvinden Hager? C) At hans efterkommere ville blive så talrige som himmelens stjerner? C)
- Hvornår begynder kirkeåret? A) 1. søndag i advent? B) Pinsedag? C) Juleaften? A)
- I hvad blev Jesus barnet lagt, efter hans fødsel? En krybbe
- Hvad kalder vi dagen hvor Jesus blev korsfæstet? Langfredag
- Hvad kaldes beholderen til altervin? A) Alterkande? B) Kalk? C) Altergral? B)
- Da Jesus blev pågrebet skærtorsdag, hukkede én af hans disiple et øre af en soldat. Hvad hed denne disiple? Peter
- Hvilken farve knytter sig til fastetiden? A) Gul? B) Violet? C) Rød? B) Violet

13. Kan alle i teamet lave 30 armbøjninger på 4 min.

14. Kan I synge sangen: ”Jeg ved en lærkerede” alle vers rigtige? I får 3 minutter til at øve.

15. Kan I få en præst i røret på under 5 min.

16. Alle på teamet skal spise en bussemand (Man må gerne låne en bussemand fra en anden, hvis næsen er tom)

17. Drikke 1 L kold kaffe på 2 min

## Aarhus – Nataktivitet.

### Afgang kirken:

Deltagerne samles. De får en fælles besked, og skal derefter på kort tid træffe et valg i teamet. De får valget:

”I kan sige nej og gå til højre. Der får I anvist en soveplads, I kan gå til med det samme.

Eller I kan sige ja og gå til venstre. Her venter en gåtur, meget lidt søvn, og en fed oplevelse”

Ved nej:

Teamet får udleveret et kort, og sovegrej. Rømerbo (Aarhus 2)

Ved ja:

Teamet går mod Gellerup.

### Aktivitet i Aarhus klatreklub:

#### 1) Hvor langt, du bestemmer? *(På topreb)*

Teamet for 5min til fælles at afstemme evt. højdeskræk, lysten til klatring osv..

Herefter bliver alle 5 stillet prøven:

Der sidder på klatrevæggen nogle mærker pr. 2m.

A vælger for B, hvor langt B har lyst til at kravle: 0m – 2m – 4m – 6m – 8m – top?  
(dette valg er hemmeligt, og meddeles kun til instruktøren)

B vælger for C osv...

For hvert rigtigt ”gæt” på hvor klatreren stopper, gives 1 point.

#### 2) Syretræning. *(På topreb)*

Alle på teamet skal klatre op og ned ad væggen indtil de falder af.

Der gives point for hver 2m man gennemføre (både op og ned)

Man vælger selv i hvilken højde man ”arbejder” jorden må dog aldrig røres.

#### 3) Klatrende lego figur... *(På topreb)*

Teamet for en forklaring af opgaven, og vælger selv pladser.

[1] Sidder i et tilstødende lokale med en computer. Denne får af person [5] angivet en farve.

[2] Klatreren. Ved topankeret hænger en Ipad, denne modtager emails fra person[1]  
Klatreren råber den mailede farve videre til person[3]

[3] Denne person står ”under” klatreren. Her hænger et billede af legofiguren (i sort/hvid) Denne person løber efter angivningen af farven, mod ”byggepladsen” for at videre give byggeinformationen til person [4]

[4] Denne monterer klodser efter info fra person [3] Efter en klods er monteret, gives et GO videre til person [5]

[5] Denne får af instruktøren næste farve angivelse, og løber til person [1]

*Dette gentages til lego figuren er færdig.*

## **Gruppernes Døgn! Vingsted Centret**

### **Program:**

Lysningssamtaler

12.00 Frokost

13.00 Afsted mod Vingsted centeret

14.30-15.30 Svømmehal

15.30 – 19.00 Udfordringer

19.00 – 21.00 Running dinner (gådeløb med tre mulige destinationer) – de skal ende samme sted til næste programpunkt.

21.00 – 22.00 Andagt. Fælles ved bål...

22.00 - 02.30 gådeløb fortsat:

02.30 Stubbeståning

03.30 Natsuppe og godnat

### **Lysningssamtaler og frokost**

#### **På vej mod Vingsted Centret.**

En person fra hvert team skal vælge hvor mange minutter, som det vil tage personens team at nå til Vingsted. Personen får at vide, at afstanden er 4,9 km.

Valgmuligheder er: 30 min, 40 min, 50 min, 60 min, 70 min, 80 min, 90 min

Hele teamet får nu mulighed for at afslå/godkende det valgte antal minutter med deres ja/nej kort. Hvis teamet svarer nej, gentages proceduren med en ny deltager.

Når teamet er nået til enighed skal de ramme parkeringspladsen på Vingsted Centret +/- 5 min fra det valgte minuttal.

OBS: Ingen må selvfølgelig have mobil eller ure med på turen.

14.00 (+/-) De tre teams ankommer til Vingsted Centret.

#### **Svømmehal**

Se separat dokument

#### **Udfordringer**

Teamene udfører udfordringerne på samme tid. Hvis et team vinder mister teamet ikke et nej. Desuden vil det bedste team optjene et nej mere, som kan bruges i den videre kamp.

##### Udfordring 1 (30 min):

Forhindringsbane med handicaps.

Hvor hæmmet kan dit team være i kampen om forhindringsbanen. En fra gruppen skal bestemme hvor mange handicaps teamet kan have for stadig at kunne gennemføre en aktivitet på forhindringsbanen.

Mulige handicaps: Blind, manglende arm, manglende ben, lam i kroppen.

Når antallet af handicaps har teamet mulighed for at sige nej. Hvis teamet siger nej, gentages processen, og udfordringen kommer igen til afstemning.

### Udfordring 2 (ca. 1 time):

Kan I finde alle o-løbsposter på x-antal min?

Alle på hvert team skal løbe O-løb på et vist antal minutter. Hvert team får et kort med posterne, så de kan orientere sig.

Personerne på hvert hold kommer nu enkeltvis frem, og skal vælge tiden, som én medspiller på holdet skal kunne løbe o-løbet.

Det betyder, at holdet bestemmer hvor lang tid posterne må tage for den enkelte. Man kan godt sige nej til sin udfordring. Hvis man takker ja til udfordringen må man dog komme i mål +/- 5 min fra sin tid. Alle har ur på til denne udfordring.

Det handler om at skyde en enkelt persons bedste tid, da det giver hurtigere adgang til en ny udfordring.

Deltagerne på teamet sendes af sted med mellemrum på 5-10 min.

### Udfordring 4: Vandstafet (40 min).

En deltager fra hvert team får information om udfordringen, og skal nu vælge hvilke opgaverne, som teammedlemmerne skal løse.

#### *Opgaver*

- En person til at samle
- En person til at knække
- En person til at finde
- To personer til at tænde med vådt hår

#### *Information:*

Foran teamet ligger et puslespil (person 1)

På puslespillet findes en morsekode, som skal knækkes (person 2)

Hvert team skal erhverve sig en pakke tændstikker ved at hente deres første udfordring ved morsekodens svar (klokketårnet) (Person 3)

Når tændstikkerne er i hus, skal de person 4 og 5 iklæde sig våddragter, og fragte tændstikkerne over på den anden side af åen. De har en luftmadras til at hjælpe sig.

Når de to personer er kommet over på den anden side af åen skal de tænde et lys.

Lyset må ikke gå ud, forend personerne er tilbage på den anden side af åen.



### **Aftensmad – to go!**

Hvert team får udleveret en vogn, madvarer og materialer til at lave mad. Spørgsmålet er: Kan I lave mad på vej i mens I vandre?

Regler:

- Man må kun lave mad, når man er ”i fart”
- Maden skal være færdig inden næste destination - og INDEN fællesprogram.

Materialer (Mad):

- 4 vogne
- 4 x 2 trangiaer med gas.
- Tændstikker
- Røreskeer
- Skærebrætter
- Knive
- Snor
- Gaffatape
- 4 mad portioner

### **Andagt med bål**

#### **Gådeløb**

Hvert team modtager en SMS med en gåde. Gåden har tre svarmuligheder, eksempelvis A, B og C. Hver svarmulighed er placeret på kortet. Teamet skal gå efter den svarmulighed/destination, som de mener er rigtigt i forhold til gåden.

På destinationen får teamet et spørgsmål, som kun kan besvares på den rette destination.

Herefter modtager teamet endnu en gåde.

#### **Stubbeståning**

En halv-cirkel med stubbe. Gerne dyster stemning.

Alle stiller sig op på deres stup på samme tid.

Sidste team, der har et medlem stående på stuppen vinder.

A, B, C, D og E vælger på skift teamets næste byrde

Materialer:

- 20 træstuppe. I højden 10-20cm (gerne skåret så de står stabilt) ;-)
- evt. fakler. For at underbygge stemningen.
- ”byrder” efter behov. Altid én af samme byrde til hvert hold:
  - Bolde
  - Stave
  - Bind for øjnene
  - Spande med vand
  - Kegler på hovedet
  - Stå på ét ben
  - Holde en knyttet hånd frem
  - Osv...