

10 sammen om 5 computere

IDRÆTSGREN
TID

Esport
30 min.

ALDERSGRUPPE
DELTAGERE

6 - 50 år
10 - 20 deltagere



Beskrivelse af øvelsen

Spillerne er sammen 2 og 2 ved hver computer, hvor den ene har musen, mens den anden person har tastaturet. Begge spillere står op, mens de spiller.

Aktiviteten kan bruges til forskellige scenarier

- * Kommunikationsøvelse, hvor dygtigere spillere lærer mindre dygtige spillere forskellige ting in game, fx tricks, hvor de skal bevæge sig sammen i en given situation, kommunikation om planen mens de spiller osv.
- * Generelt kommunikationsøvelse hvor spillerne – niveau uafhængigt – laver en fælles plan i duoen, mens der samtidig er fælles kommunikation blandt spillerne på holdet.
- * Øvelse om at skabe sammenhold på tværs af spillere på holdet, hvor de spiller sammen i duoer mod andre duoer i lokalet.
- * Overgangsøvelse mellem 2 hold der har træningstid i forlængelse af hinanden for at skabe relationer på tværs af hold i klubben.

Formål:

Formålet afhænger af, hvordan man bruger opsætningen med 2 ved hver computer.

- * Det kan være kombination af in game udvikling for en spiller, mens den anden der forklarer, skal reflektere over egen praksis.
- * Det kan være at skabe bedre sammenhold på tværs af spillere i træningsmiljøet.

Det kan også være et anderledes break i en længere træningsdag eller bootcamp for at gøre noget andet end man plejer.

Variation:

Øvelsen kan varieres ved, at man spiller en rigtig kamp, fx CS:GO hvor 20 spillere sidder ved 10 computere mod hinanden. Holdet, der vinder en runde, skal lave 5 armstrækninger, 5 squats eller lignende fysisk øvelse imellem runderne. Derved får de pulsen op til næste runde, samtidig med at strategien til næste runde skal kommunikeres hurtigt og effektivt. Det skaber samtidig en anden måde at spille sammen og mod hinanden samt kombinationen mellem det at spille og fysisk aktivitet.

Øvelsen kræver

Materialer:

Computer, tastatur, mus, headset og et valgfrit spil, man kan spille sammen om.