

DYST 1

Kaste med Thors hammer

Hvorfor Kaste med Thors hammer?

Krigs- og tordenguden Thor brugte hammeren Mjølner i sin kamp mod jætterne. Hammeren var det perfekte våben: Den vendte altid tilbage til Thors hånd, når den havde ramt sit mål.

Vikingerne anvendte ikke hamre som kampvåben. De foretrak sværd, spyd, økser, bue og pil, afhængigt af hvilken status, de havde i samfundet. Myterne om Thor og hans hammer lever imidlertid endnu. Her kan du prøve kræfter med hammerkast, og se om du kan ramme en jätte.



Kampen

Hele gruppen deltager.

- Jætterne stilles med forskellig afstand på jorden.
- Afhængigt af gruppens størrelse får hver elev op til 3 kast.
- Der kastes til måls efter jætterne, som skal væltes.

Vinderen er den gruppe, der vælter flest jætter.

Vinderholdet får 5 point.

Spørgsmål til eleverne

Hvad fungerer bedst for dig, når du skal ramme jætterne? Er det overhånds- eller underhåndskast? Begrund dit svar.

Varighed

10 minutter pr. gruppe.



DYST 2

Gå til Island efter sild

Hvorfor gå til Island efter sild?

Sagaer og skjaldedigte fra middelalderen lovpriser ofte den mest snu skakspiller, den bedste kaster, den hurtigste løber og den stærkeste kæmper. I vikingetiden blev sønner af velstående familier oplært i spil, krigsfærdigheder, idræt, digtekunst og sprogkundskaber. Legen Gå til Island efter sild kombinerer teknik, smidighed og styrke.



Kampen

De to hold skal nominere 1-2 elever for hvert hold, der skal dyste mod hinanden. De andre deltagere hepper på de udvalgte kæmpere.

- Med en træklods i hver hånd og fødderne placeret bag en markering, skal eleven bevæge sig så langt ud som muligt for at sætte en pind i jorden.

Taber man klodsen eller rører jorden, skal man starte forfra. Hver elev får 2 forsøg.

Vinderen er det hold, der sætter sin(e) pind(e) i jorden længst ude.

Vinderholdet får 5 point.

Spørgsmål til eleverne

- Hvem skal holdet vælge for at sætte pinden længst ud, og hvorfor?
- Hvor skal den valgte holddeltager opbevare pinden?

Varighed
3-5 minutter pr. gruppe.



DYST 3

Fortøjningskast

Hvorfor Fortøjningskast?

At have en god kasteteknik var ikke kun nødvendigt i kamp og leg. At kunne kaste langt og præcist var også en vigtig del af sejladsen, hvor især besætningen i vikingskibets forreste del skulle kunne kaste en fortøjning i land.



Kampen

Hele gruppen deltager.

- Fortøjningspælen sættes i jorden 8 skridt fra eleverne.
- Eleverne stiller sig 8-10 skridt fra fortøjningspælen.
- Trossen kastes, så øjet rammer ned over fortøjningspælen. Hver elev får 3 forsøg

Vinderholdet er det hold, der rammer trossen ned over fortøjningspælen flest gange.

Vinderholdet får 5 point.

Spørgsmål til eleverne

- Hvad skal I gøre for at lave et godt kast?

Varighed
10 - 15 min. pr. gruppe



DYST 4

Kaste med Knogler

Hvorfor Kaste med knogler?

Da den engelske ærkebiskop Aelfheah blev taget til fange af en dansk vikingehær i 1011, ville han ikke have, at der blev betalt løsepenge for ham. Vikingerne blev så gale over den mistede fortjeneste, at de overdængede ham med okseknoabler, for til sidst at hugge ham ihjel med en økse.



Kampen

Hele gruppen deltager.

- Kurven stilles med f.eks. 3 meters afstand fra eleverne.
- Eleven skal holde sig bag den markering, der er lagt ud.

Hver elev har 5 knogler/forsøg.

Vinderen er det hold, der får flest knogler i kurven.

Hver knogle i kurven giver 1 point.

Spørgsmål til eleverne

- Hvor på knoglen skal man holde for at få det bedste kast?

Varighed

10 minutter pr. gruppe.



DYST 5

Kongespil

Hvorfor Kongespil?

Kongespil menes at stamme helt tilbage fra middelalderen og er et strategisk spil, hvor det samtidig gælder om at kaste præcist og være god til at bedømme afstande.



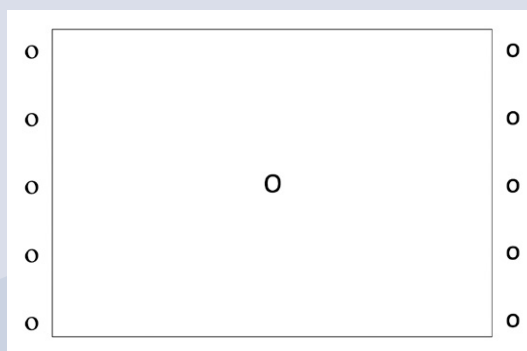
Kampen

Grupperne dyster mod hinanden.

- Banen markeres i en firkant på ca. 4 x 6m med fire pæle i græsset – én til at markere hvert hjørne.
- De 5 mindre træklodser stilles op på række foran hvert hold, der er i hver sin ende af banen. I midten af banen stilles kongen.
- Nu kaster hvert hold 6 pinde ad gangen mod modstanderens træklodser. Når de 6 pinde er kastet, er det næste holds tur. Holdene fortsætter dysten, indtil modstanderens træklodser er væltede.
- Når alle træklodser er væltede, skal kongen væltes. Det er holdet, der først har væltet modstanderens træklodser, der må vælte kongen. Det andet hold fortsætter med at vælte modstanderens træklodser – hvis de når at vælte dem alle, inden modstanderholdet har vundet, begynder de også at forsøge at vælte kongen.

Vinderen er det hold, der først får væltet kongen.

Vinderholdet får 5 point.



Spørgsmål til eleverne

- Hvad er jeres taktik for at vinde over det andet hold?

Varighed
20-30 minutter.



DYST 6

Tovtrækning

Hvorfor Tovtrækning?

Råstyrke er vigtigt om bord på et vikingskib. Havhingsten er for eksempel et langskib på 30 meter, og har et sejl på 112 kvm., som vejer 1 ton (svarende til ca. 29 4. klasses elever). Når besætningen skal sætte det store sejl, kræver det derfor både stor styrke og samarbejde.

Danerne og sakserne skal dyste i tovtrækning, og det kræver kræfter og en holdindsats at få modstanderens hold trukket over på den anden side.



Kampen

Grupperne dyster mod hinanden.

- Stil de to hold op mod hinanden i hver sin ende af det lange tov.
- Den farvede klud lægges på jorden som markering af midten på torvet.
- På lærerens signal, skal de to hold nu trække i hver deres retning.

Udfordringen er vundet, når det modsatte holds forreste deltager bliver trukket over midtermarkeringen.

Vinderholdet får 5 point.

Spørgsmål til eleverne

- Hvor vil I placere jer langs tovet, så I udnytter jeres styrker bedst muligt?
- Hvordan vil I trække i tovet? Skal alle f.eks. trække hele tiden, eller skal det være på kommandoen 'hiv' i afmålte træk?

Varighed

3-5 minutter pr. runde

