



# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### UNDERGRÄVAREN ÅTERVÄNDER

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag? Superhjältarna kom ut ur gömstället. Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse? Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade.

#### LÄS

##### VAD HÄNDE SEDAN?

Familjen fick stora problem eftersom det inte var tänkt att de skulle använda sina superkrafter. Mr Incredible, Elastaflickan och familjen hade inte något val: de var tvungna att återvända till sina skyddade liv som familjen Parr.

## SPELA

Kan du komma ihåg alla olika Supers-rörelser? Kan du lära någon annan dessa? Kanske kan du komma på några själv?

<b>MR INCREDIBLE</b>	Steg i sidled för att bryta sig in i borren. <i>Extra utmaning – Försök med en boll, använd sidan på din fot för att flytta bollen sidledes.</i>
<b>ELASTAFlickAN</b>	Balansera på ett ben och sträck dig. <i>Extra utmaning – Försök sätta en fot på toppen av en boll och sträck dig.</i>
<b>DASH</b>	Spring från en punkt till en annan. <i>Extra utmaning – Rör dig snabbt med en boll från punkt till punkt.</i>
<b>VIOLET</b>	Spela tagg med någon hemma: när du blir taggad är du fast i ett kraftfält i 3 sekunder innan du blir en taggare själv <i>Extra utmaning – Använd din kropp till att bygga ett kraftfält runt bollen och håll den borta från någon hemma.</i>
<b>JACK-JACK</b>	Flytta en boll från ett ställe till ett annat. <i>Extra utmaning – Rör dig med bollen och gör ett mål genom att träffa målet.</i>

## RITA/SKRIVA

Låtsas att du är en nyhetsreporter. Det är ditt jobb att berätta för någon om hur Superhjältarna räddade Stadshuset men orsakade mycket skada. Du kanske vill skriva ett manus för en nyhetsrapport, eller skriva en nyhetsartikel med en bild.



## SKAPA

Gör din egen Superhjeltemask! Du kan använda papper, kartong eller annat material. Var kreativ! Du kanske vill bära din mask vid kommande session.



# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### JAG ÄLSKAR SUPERS

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag? Mr Incredible, Elastaflickan och Fryzo blev inbjudna till DevTech-tornen.

Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse?

Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade.

#### LÄS

#### VAD HÄNDE SEDAN?

Hemma, var Mr Incredible utmattad; han hjälpte till med läxorna, bytte blöjor och löste tonårsdraman. Efter att ha lagt alla barnen, somnade han själv. Jack-Jack dök upp på nedervåningen och började se på TV när han plötsligt hörde ett oväsen på bakgården – vad var det? Ta reda på det i din nästa session.

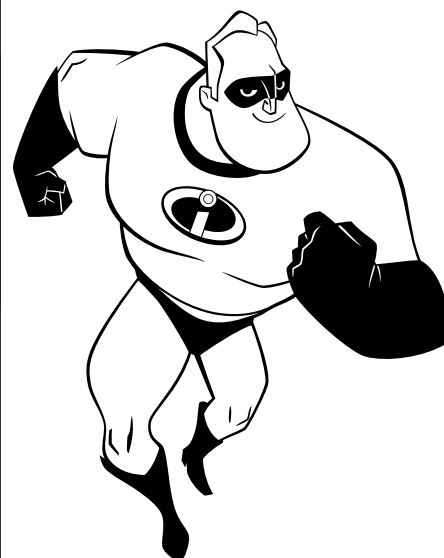
#### SPELA

Kan du komma ihåg Elastacykelns alla rörelser?

Kan du lära någon annan dessa?

Kanske kan du komma på några själv?

HOPPA	Hoppa runt en boll och över en byggnad och återvänd sedan snabbt till bollen.
WHEELIE	Lyft upp en boll från marken, släpp den och använd delar av din kropp för att få bollen att sluta studsas.
SNURRA	Snurra runt en boll och rör dig i en valfri riktning.
KÖRA OM	Accelerera med en boll och kör om en annan person.
BACKA	Dra bollen bakåt med fotsulan.

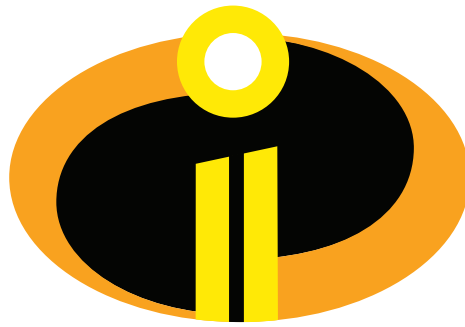


# RITA/SKRIVA

Rita en tecknad serie med bilder tagna med Elastaflickans kamera.

# SKAPA

Designa din egen superkostym. Vilken färg ska den ha? Vilken speciell kraft kommer du att ha?



# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### DU HAR KRAFTER!

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag? Jack-Jack tittade på TV när han hörde ett oväsen från bakgården. Det var en inkräktare – en tvättbjörn letade igenom deras sopor. Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse? Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade.

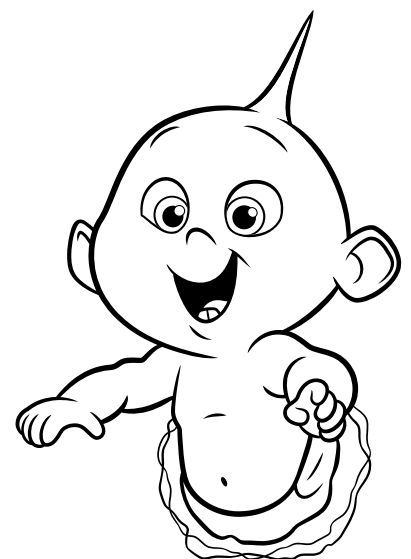
#### LÄS

Medan hon talar i telefon med Mr Incredible, berättar Helen (Elastaflickan) för honom om alla hennes hjälteaktioner när hon stoppade tåget. Han känner sig lite avundsjuk eftersom han vill vara där ute och rädda människor med sina krafter, men han vet att han har en mycket viktig roll att fylla genom att ta hand om alla barnen. Vad händer sedan? Det får du reda på nästa vecka!

#### SPELA

Kan du komma ihåg Jack-Jacks alla olika rörelser?  
 Kan du lära någon annan dessa? Som en extra utmaning, försök lära någon genom att använda en boll.  
 Kanske kan du komma på några egna rörelser!

<b>RÖR SIG GENOM OBJEKT</b>	Spring sidledes eller baklänges genom dina egna fantasi objekt.
<b>ELD BABY</b>	Snabba fötter x 5 på stället och ropa "Aj!"
<b>FLYTTA SAKER MED SINNET</b>	Spring till ett mål, ta en boll och ta den till ett annat mål genom att använda händer eller fötter.
<b>STARK BABY</b>	Stå i ett plankläge som en annan spelare ska kryper under.



# RITA/SKRIVA

Rita en bild av Jack-Jacks krafter för att visa hur han stoppade tvättbjörnen.



# SKAPA

Skapa din egen bakgård genom att använda kartong, papper och annat användbart som du har i huset. Kan du också göra tvättbjörnen som smyger in i trädgården för att ta alla saker?



# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### ELASTAFLICKAN OCH SKÄRMSKRÄCKAREN

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag?  
Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse?  
Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade.

#### LÄS

Violet kom skrikande ut ur sitt rum: Jack-Jack hade landat i hennes rum som ett monster. Barnen var verkligen uppspelta över att Jack-Jack hade krafter. Plötsligt nös Jack-Jack igen. Den här gången flög han ut i trädgården. Mr Incredible var tvungen att fånga honom och båda två landade i poolen. Violet var mycket orolig så hon ringde Fryzo och bad honom att hjälpa hennes pappa med Jack-Jack. Ta reda på vad som händer i nästa session.

#### SPELA

Kommer du ihåg när du sökte igenom byggnaderna för att hitta Skärmskräckaren?

Skapa din egen byggnad och öva rörelser med din boll för att hitta Skärmskräckaren. Markera en fyrkant (hus) och rör dig runt huset med en boll och leta efter Skärmskräckaren.

Kan du lära någon annan hur man spelar?

Försök att röra dig runt byggnaden med en partner och leta efter Skärmskräckaren utan att stöta på varandra.

Spela nu 1v1 spelet där du försöker att få ut din partners boll ur byggnaden. Vem kan hålla sin boll längst i byggnaden?



# RITA/SKRIVA

Låtsas att du ska intervjua Elastaflickan. Förbered några frågor och rollspela intervjun med en vän eller familjemedlem.

# SKAPA

Gör en efterlyst-affisch för Skärmskräckaren – kan du inkludera hypnotiska mönster?





# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### EDNA-TID

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag? Mr Incredible åkte för att hälsa på Edna med Jack-Jack.

Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse?

Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade.

#### LÄS

##### VAD HÄNDE SEDAN?

Edna var glad över att ta hand om Jack-Jack den natten. Mr Incredible gick hem och var så trött, han sov i 17 timmar! Nästa dag berättade Edna för honom att hans son är en polymorfare, vilket betyder att han har många olika krafter. Att hantera Jack-Jacks krafter skulle komma att bli en utmaning. Edna föreslog ett antal sätt som hjälp och gav Mr Incredible en tracker som han skulle kunna använda för att följa upp sin sons krafter.

## SPELA

Kan du komma ihåg vilken superkraft som Jack-Jack visade för Edna? Kan du komma ihåg kommandona och rörelserna från Ednas herrgård? Kan du visa dem för någon? Du kan också komma på egna rörelser.

#### HEJ ÄLSKLING

Dribbla till en dörr, dra bollen baklänges för att öppna dörren och säg "Hej Älskling".

#### SPEGELBILD

Hitta en partner och kopiera varandras rörelser.

#### VAR ÄR BEBISEN?

Dribbla bollen så snabbt som möjligt till alla olika superkostymer.

#### SUPERKOSTYM

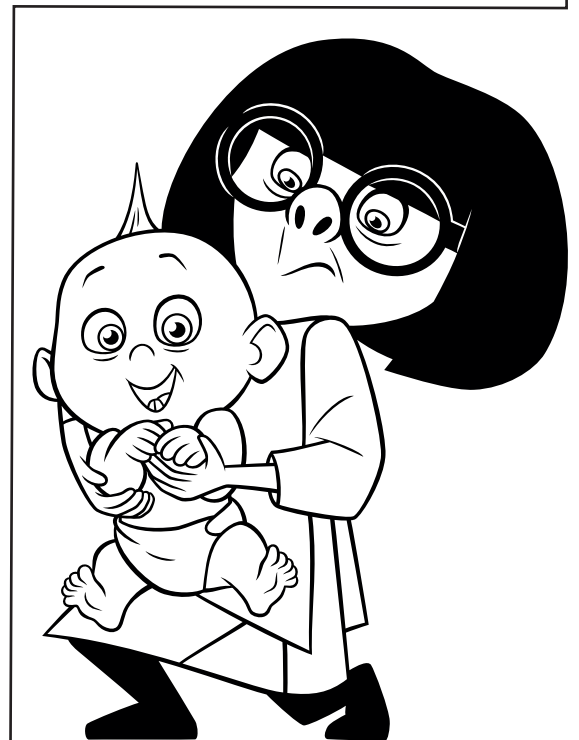
Knacka 5 gånger snabbt på bollen.

#### DAGS ATT GÅ

Accelerera ut genom dörren och bort till träden.

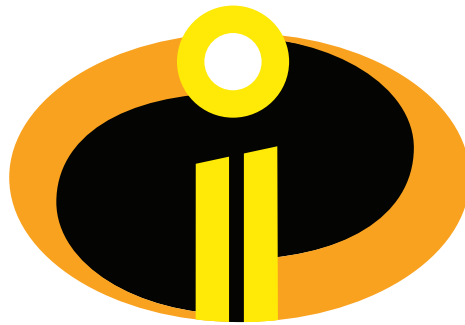
# RITA/SKRIVA

Rita en bild av en av Jack-Jacks superkrafter i aktion.



# SKAPA

Gör din egen Edna herrgård genom att använda papper, kartong eller andra användbara saker du har i huset.



# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### "SUPER"-FEST

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag? Elastaflickan firade sin seger över Skärmskräckaren under "SUPER"-festen.

Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse?

Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade.

#### LÄS

Evelyn stängde av hypnosglasögonen; Elastaflickan var bunden till en stol i ett isande kallt rum. Om hon försökte sträcka sig skulle hon gå sönder. Evelyn delade sin onda plan om att göra Supers olagliga för alltid eftersom hon ansåg att Supers var ansvariga för hennes föräldrars död. Evelyn säger "Supers håller oss svaga".

Ta reda på vad som hände i din nästa session.

#### SPELA

Kan du komma ihåg namnen på alla Supers som kom ut från sina gömställen?

Var och en hade en speciell rörelse; kan du berätta för någon om dessa och visa hur man spelar?

Kanske kan du hitta på några egna karaktärer och försöka göra rörelserna med en boll?



**RAPAREN**

Hoppa i olika riktningar för att undvika Raparens heta lava.

**BRICK**

Gör dig själv så bred som möjligt.

**VOYD**

Skapa en triangel på golvet och släng in en boll.

**SCREECH**

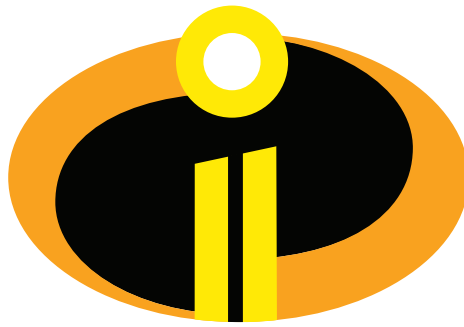
Flyg runt utsidan av din herrgård.

# RITA/SKRIVA

Det fanns ett dansgolv på "SUPER"-festen. Tänk på din favoritmusik som du dansar till, och skriv din egen temamusik.

# SKAPA

Kan du göra några hypnosglasögon som de som Evelyn använde för att stoppa Elastaflickan?



# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### HYPNOSENS KRAFT

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag? Violet, Dash och Jack-Jack var under attack av de hypnotiserade Supers.

Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse?

Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade.

#### LÄS

##### VAD HÄNDE SEDAN?

Violet och Dash fortsatte att söka efter Jack-Jack medan de försökte undvika de hypnotiserade Supers. De använde en tracking-apparat från Edna för att hantera Jack-Jacks krafter och försäkra att han inte fångades av de hypnotiserade Supers.

#### SPELA

Kommer du ihåg följa John spelet från skeppet? Kan du lära någon annan hur man spelar?

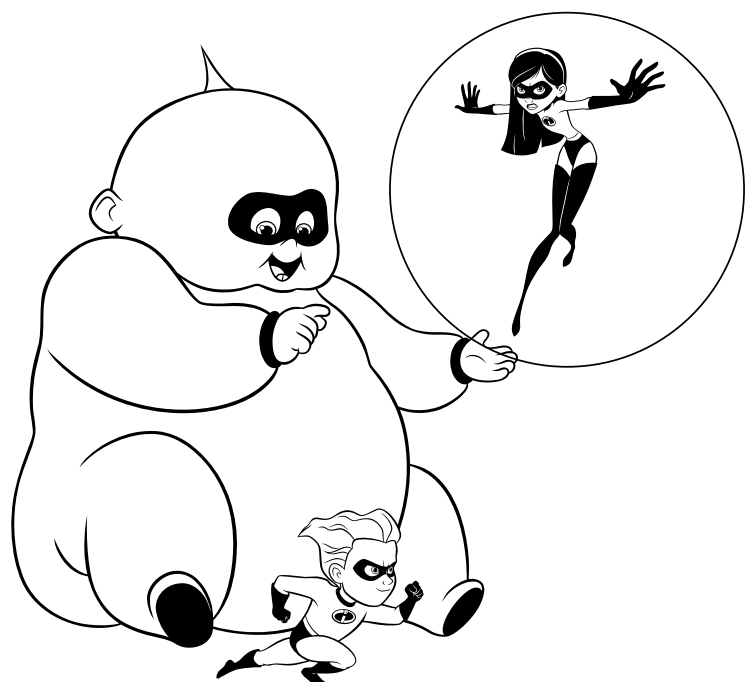
Försök använda olika storlekar på bollarna att kasta och fånga.

Hur högt kan du kasta bollen och fortfarande få din partner att fånga den?

Kan du slänga bollen och fånga den när du står på ett ben?

Kan du fånga en boll medan du fortfarande rör dig?

Kan du hitta på några andra Super-kaströrelser?

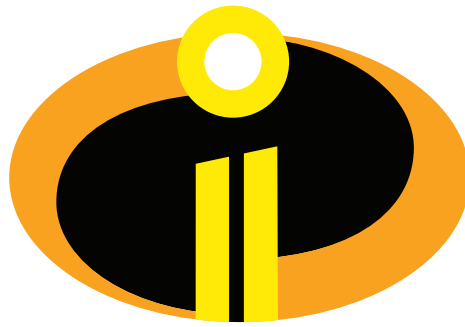


## RITA/SKRIVA

Hur vill du att ditt Super-fordon ska se ut? Skulle du vilja ha en bil, ett skepp, en cykel eller något helt annat? Kan du rita en bild av hur det skulle se ut?

## SKAPA

Många Supers hade samlats på DevTech-skeppet. Kan du skapa din egen superhjärte? Vilka krafter skulle du ha? Vilken "superkostym" skulle du ha?



# INCREDIBLES 2

## ÄVENTYRSPASSUTMANING

### SUPERS MOT SKÄRMSKRÄCKAREN

#### BERÄTTA

Kommer du ihåg hur vårt äventyr började idag? Violet, Dash och Jack-Jack hittade sina föräldrar och som familj lyckades de ta av alla hypnosglasögon från resten av Supers.

Kan du berätta för någon om resten av dagens berättelse?

Glöm inte att berätta för dem hur historien slutade. Räddade Supers dagen?

#### LÄS

##### VAD HÄNDE SEDAN?

Familjen bestämde sig för att gå på bio efter äventyret till havs. Plötsligt hör de polissirener. De tar tag i sina superkostymer, de var alla redo att gå och hjälpa till! Superhjältarna var lagliga igen och de skulle bekämpa det onda som familj.

## SPELA

Kan du komma ihåg alla rörelserna vi var tvungna att fullgöra för att stoppa skeppet från att förlisa?  
Kan du lära någon annan dessa och kanske komma på egna rörelser?

<b>FLYGPLAN</b>	Spela 1v1 tagga utsidan och över skeppet – Hur länge kan Nr 1 hålla sig borta från Nr 2? <ul style="list-style-type: none"> <li>Spela med en boll</li> </ul>
<b>FRYS</b>	Nr 2 tar isen (=koner) till skeppets för; Nr 1 tar tillbaka det till målen. <ul style="list-style-type: none"> <li>Försök samma sak med bollar.</li> </ul>
<b>ANKARE</b>	Nr 1 hoppar överbord; Nr 2 drar upp dem ombord igen. <ul style="list-style-type: none"> <li>Med bollarna: Nr 1 kastar eller sparkar ankaret (bollen); Nr 2 hämtar den.</li> </ul>
<b>FRITT FALL</b>	Nr 1 och 2 lägger sig på mage och håller händer och fötter i luften i 5 sekunder. <ul style="list-style-type: none"> <li>Försök göra samma sak med en boll i händerna och i luften.</li> </ul>
<b>RÖRELSE</b>	Nr 1 och 2 springer för att se vem som kan röra flest mål på 30 sekunder. <ul style="list-style-type: none"> <li>Med bollarna: spring för att se vem som kan dribbla/sparka bollen i flest mål på 30 sekunder.</li> </ul>

# RITA/SKRIVA

Vad händer sedan i vår berättelse? Skriv ner dina egna idéer om nästa skurk som Supers kan behöva bekämpa.

# SKAPA

Kan du göra ditt eget modellskepp? Kan du använda en cornflakeskartong eller kanske några träbitar?

