



Lær at lege ampe

Man skal være mindst to til at lege ampe, men i Ghana er de ofte flere. Alle klapper og synger med, men der er hele tiden to, der hopper – og det går på tur sådan her:

Alle står i en rundkreds. De to, der hopper, skal vende sig mod hinanden, så de er over for hinanden. De begynder med to små hop, og når de lander efter andet hop, tager de den ene fod frem.

Den ene af hopperne er "lederen." Hun skal prøve at lande og tage den samme fod (spejlet) frem som den anden overfor. Sådan vinder lederen et point. Hvis lederen og den anden har hver sin fod fremme (spejlet), får den anden i stedet et point.

Den, der gætter rigtigt, er nu lederen og hopper videre (to små hop og land med én fod sparket frem) sammen med den næste i kredsen. Sådan skifter det hele tiden, hvordan man får point (samme eller modsatte fod frem) og hvem, der hopper.

Remser og klap

Man kan enten klappe, tælle eller sige remser, så man hopper samtidig. Prøv først at lege, mens I tæller: "1, 2, hop" (hvor man skal lande med en fod fremme på "hop"). Man kan også klappe: klap-klap tramp – klap-klap tramp (hvor man skal lande på "tramp").

Remse på dansk: mandag hop – tirsdag hop – onsdag hop – torsdag hop – fredag hop – lørdag hop – søndag hop.

Remse på dagbani:

Oversættelse

Kasheli, Kasheli, Kasheli

Intet intet intet

Kasheli ningla ndaam

intet giver en

Ndaam ningla ayi

en giver to

Ayi ningla ata

to giver tre

Ata ningla anahi

tre giver fire

Anahi ningla anu

fire giver fem

Anu ningla ayobu

fem giver seks

Ampe for begyndere

Hvis I vil starte med en lidt simplere udgave, kan man lege ampe i hold, der hele tiden får point på samme måde - enten ved at lande med samme eller modsatte fod fremme. Det aftales inden I begynder. Se i videoen, hvordan Happy leger ampe med sine venner.