

MAST



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Gruppbildnings- handboken

Innehåll

1 Vad är gruppbildningshandboken?	3
2 Varför är gruppbildning viktigt?	4
Gruppens uppbyggnad	5
4 Övningar för att lära känna varandra	7
4.1 Att bli bekanta	7
4.2 Att bilda par och grupper	13
5 Gruppens regler	15
6 Gruppbildning	17
7 Respons	31

Bilagor

1 Vad är gruppbildningshandboken?

Den här handboken innehåller tips om gruppbildning för läraren. Till en början ges kort information om varför gruppbildning är så viktigt och hur man bildar en grupp. Vi har samlat så många olika spel som möjligt från olika källor för att varje lärare ska hitta lämpliga spel för sig och sin grupp. De första spelen i handboken är övningar för att lära känna varandra. Många av gruppbildningsspelen utförs parvis och i mindre grupper. Tips på hur man kan dela in eleverna i par eller grupper ges i handboken. På så vis undviker man att alltid ha samma grupper eller par. När gruppdeltagarna redan känner varandra lite grann är det bra att göra upp gemensamma spelregler för gruppen. Efter att eleverna bekantat sig med varandra och skapat regler börjar den egentliga gruppandan byggas upp. I delen gruppbildning finns spel under olika teman: funktionella, problemlösningssinriktade, roliga och spel. Dessa kan användas både för att skapa gruppanda och för att erbjuda avbrott i lektionerna. I slutet finns det några tips på hur du kan samla in feedback om övningarna eller om de ämnen som behandlats under lektionerna.

2 Varför är gruppbildning viktigt?

Vad är det?

En grupp är en skara människor som känner igen varandra och känner sig höra till gruppen. Att känna grupptillhörighet är viktigt för oss alla. Lyckade upplevelser i en grupp kan ha en positiv inverkan i livet. Det är viktigt att skapa gruppbundna och en ömsesidig tillit är grunden för detta. I skolvärlden betonas individens framgång. Utöver detta borde man oftare komma ihåg att på ett tydligt sätt lyfta fram gemenskapen, dess kraft och värden. I praktiken innebär detta en god och ivrig klassanda.

Med gruppbildning avses den process där kärnan är gruppmedlemmarnas ömsesidiga bekantskap, dialog, tillit och trivsel. Det första steget för gruppbildning är att gruppmedlemmarna lär känna varandra så väl som möjligt. Det räcker inte med att lära känna de andras namn; processen tar tid. Målet är en tillförlitlig atmosfär och en verklig gemensam verksamhet.

Klassföreståndaren spelar en viktig roll för gruppbildningen. Klassföreståndaren är gruppens handledare och hans eller hennes uppgift är att stöda och främja gruppens utveckling. Det är viktigt att handledaren visar uppskattning för gruppens medlemmar och hjälper dem att uppskatta varandra. En viktig del av handledarens uppdrag är att lära eleverna lösa sina meningsskiljaktigheter kreativt och konstruktivt.

Nöjdheten och tryggheten i gruppen byggs upp av följande grundprinciper:

- Funktionella metoder som grund för gruppbildningen -> vi gör tillsammans, inte bara läraren som pratar
- Målet är en trygg atmosfär i gruppen -> ingen ska förnedras eller göras till åtlöje
- Övningar som stöder gruppbildningen -> lära känna varandra, problemlösning, tillit
- Det är viktigt att handledaren (klassföreståndaren) förstår övningarnas syfte och vikt!

Varför?

Syftet är att bli närmare bekant med medlemmarna i gruppen och få alla gruppmedlemmar att känna sig bekväma och trygga i gruppen. Gruppbildning är en förutsättning för att en uppmuntrande inlärningsmiljö ska uppstå. En klass med god gruppbundna främjar sitt eget lärande och förebygger utslagning. Utan en god gruppbundna kan ingen grupp fungera länge!

Läraren kan påverka klassens ömsesidiga dragningskraft genom att uppmuntra till positiv interaktion, till att känslor uttrycks och till att man visar respekt och hänsyn för varandra.

Gruppens uppbyggnad

När en grupp inleder sin verksamhet eller bildas på nytt inleds processen med att bygga upp gruppen. Då kan gruppbildning behövas. När gruppen bildas börjar spelreglerna gestalta sig och grupphandledaren är den som utformar grundprinciperna för arbetet i gruppen. Bildningskedet tar den tid som krävs för att gruppmedlemmarna ska lära känna varandra ordentligt.

Efter bildningsfasen kan en s.k. svallningsfas förekomma. Då kan konflikter och skillnader mellan gruppmedlemmarna komma fram, och handledaren kan känna att han/hon inte hanterar situationen. Ofta handlar det om att gruppmedlemmarna söker sin plats i och roll i gruppen genom att testa handledaren och de andra i gruppen. Handledaren kan ge svallningen rum, men samtidigt hålla fast vid de gemensamma reglerna.

Den egentliga gruppandan skapas under kongruensfasen. Då godkänns skillnaderna mellan gruppmedlemmarna och känslan av samhörighet börjar uppstå tillsammans med känslan av att höra till gruppen. De gemensamma spelreglerna blir tydliga och gruppen arbetar för att nå de mål som ställts upp. Det är handledarens uppgift att se till att ett överdrivet betonde av samhörigheten inte täcker individualiteten.

En välfungerande grupp gör det möjligt att fokusera på själva uppdraget. Alla gruppmedlemmarnas insatser är lika viktiga för helheten. Tillit, att ge och ta ansvar samt att tillåta misstag är karaktärsdrag för en välfungerande grupp. Handledaren är en i gruppen och har i uppdrag att motivera gruppen och erbjuda nya utmaningar, utan att glömma öppenheten och samhörigheten.

Målen under den första veckan är:

- Att göra eleverna bekanta med varandra
- Att skapa en trygg miljö för att arbeta tillsammans
- Att utveckla tilliten och acceptansen i gruppen
- Att engagera gruppen

Gemensamma spelregler

Det är bra att skapa klassens gemensamma spelregler under den första veckan. Reglerna bör göras skriftligt och varje gruppmedlem ska delta i arbetet med att utarbeta dem. Arbetet med att ta fram spelregler kan förenas med en genomgång av skolans ordningsregler. Varje medlem i gruppen ska även åta sig att efterfölja de

gemensamma reglerna.

Från bekantskap till en grupp

- "Not I, but we"
- Gemensamt mål
- "Teamwork"
- Att bära ansvar
- En positiv miljö
- Att skapa en enhetlig grupp -> att kunna utnyttja individernas unikheter
- Öppenhet/växelverkan
- Socialt stöd -> lyckat slutresultat = iver att höra till gruppen

Gruppens täthet

- **Gruppens struktur**
 - Rollernas tydlighet och acceptans
 - Deltagande ledarskap
 - Beständigheten hos normer som gäller sociala roller och uppgifter
- **Faktorer i verksamhetsmiljön**
 - Möjligheterna till ett fortsatt, nära samarbete
 - Särskiljning: Gruppen har något synligt, något eget
- **Faktorer i gruppverksamheten**
 - Personliga satsningar
 - Syften och målsättningar

Trygghet är grunden för gruppbyggande!

- Trygghet = en stämning i gruppen där det finns så lite faktorer som möjligt som kan skapa rädsla, skam, skuld eller känsla av värdelöshet.
- Trygghet uppstår genom tillit, öppenhet, acceptans, stöd och engagemang med gruppen.
- En trygg grupp = positiv feedback.

4 Övningar för att lära känna varandra

Det är mycket viktigt att man lär känna de nya klasskompisarna i början av läsåret. Med hjälp av övningarna i början av det här kapitlet kan man lära sig namnen på gruppmedlemmarna och bli bekant med de andra eleverna t.ex. via hobbyer och intressen. Det finns olika övningar som kan göras tillsammans, i mindre grupper eller i par. Klassföreståndarens roll är viktig: välj de övningar som passar dig och din grupp bäst och kom ihåg att själv delta och vara ivrig!

4.1 Att bli bekanta

Namnövningen Artiga Anna

Med hjälp av prefix som ansluts till namnet lär sig gruppmedlemmarna varandras namn enkelt. Var och en hittar på ett ord som beskriver sig själv och som börjar på samma bokstav som sitt förnamn. T.ex. funderaren Fredrik, snowboardåkaren Sara, roliga Ronja.

Gruppmedlemmarna och handledaren sitter i grupp. Den första personen börjar med att säga sin egen kombination. Nästa person upprepar detta och lägger till sin egen kombination. Den som sitter sist i ringen upprepar hela gruppens namn.

Associationer gör det lättare att lära sig namn och med den här övningen kan man snabbt lära sig namnen på en stor grupp.

Att presentera sig med hjälp av föremål

Att presentera sig med hjälp av symbolkort, föremål el. dyl. Varför valde jag den här? Hur beskriver den mig?

Garnnystanet

Deltagarna sitter i en ring. Lekledaren säger namnet på någon som sitter i ringen och slänger ett garnnystan till personen, och håller själv i ändan på garnet. Den som får nystanet säger ett annat namn och slänger det vidare, och kommer ihåg att hålla i tråden. Så fortsätter man. Till sist bildar tråden ett stort vänskapsnät. Garnet nystas ihop genom att kasta det samma väg tillbaka, samtidigt som man upprepar namnen.

Smättan

En person står mitt i ringen med en ihoprullad dagstidning, de andra sitter i en ring. Någon av dem som sitter i ringen börjar leken genom att säga namnet på någon annan som sitter i ringen. Den som står mitt i ringen ska försöka hinna smätta till personen som nämns i huvudet innan denne hinner säga nästa namn. Om den som står i mitten hinner smätta till personen så blir denne den nya smättaren.

Namnbingo

Var och en gör upp ett papper med lika många rutor som deltagare.

Avsikten är att samla in alla deltagares underskrifter i rutorna. Samtidigt som namnet skrivs kan man säga det högt. När allas rutor är fulla börjar bingot. Lekledaren läser upp deltagarnas namn och deltagarna ringar in det i sina rutor. Den som först får en rad rätt t.ex. lodrätt har vunnit.

Lär känna mig

Deltagarna sitter i en ring. Ledaren sätter på musik i bakgrunden och medan musiken spelar cirkulerar ett föremål i ringen. När musiken tystnar berättar den som håller i föremålet sitt namn och någon annan information om sig själv.

Spel för att lära känna namnet

Gruppen delas in i två grupper, båda grupperna sätter sig nära varandra bakom en upphängd filt eller ett täcke eller ett lakan. Grupperna är alltså gömda för varandra på båda sidor av filten. Gruppen väljer alltid en representant åt gången som ställer sig framför sin grupp nära filten. Filten fälls ner till golvet och båda gruppernas representanter försöker komma ihåg den andras namn. Den representant som säger den andres namn snabbast vinner över den här personen till sin sida. Leken fortsätter tills det inte finns kvar någon på andra sidan eller tills lekledaren avslutar spelet. Eftersom två personer måste hålla uppe filten och fälla ner den kan lekledaren be någon från de deltagande grupperna hjälpa till med detta i tur och ordning.

Föremål för intresse

Deltagarna står i en ring med ryggen mot varandra och berättar i tur och ordning något de är intresserade av, en hobby eller liknande. Efter detta vänder de sig inåt mot ringen. Även de andra som tycker likadant vänder sig mot ringen. T.ex. "Jag rider." Alla som rider vänder sig om så att de ser varandra.

Egenskaper

Deltagarna sitter i en ring. Ledaren säger någon egenskap. Den som känner igen sig i egenskapen säger sitt namn.

Hatten går runt

Ledaren har gjort nummerlappar på förhand. Varje nummer motsvarar en fråga. Deltagarna får dra en nummerlapp ur hatten. Ledaren frågar den fråga som motsvarar numret, och deltagaren svarar.

Bollen går runt

En boll kastas runt i en ring och den som fångar bollen berättar sitt namn och t.ex. vad han/hon studerar och sin hemort. Efter att deltagaren sagt sina uppgifter ska de tidigare personernas uppgifter upprepas.

Två sanningar och en lögn

Alla deltagare hittar på tre saker om sig själv: två sanningar och en lögn (.tex. "jag vinterbadar", "jag är en morgonmänniska"). Gruppdeltagarna rör sig på en "cocktailmottagning", presenterar sig vid namn och berättar om sig själv för de andra. Lögnerna/sanningarna gissas inte ännu i det här skedet. Efter minglet sätter gruppen sig ner och man gör en runda för att komma ihåg vad var och en berättade om sig själv. Gruppdeltagarna ska gissa vad som är sant och vad som inte är det. Variation: deltagarna sitter i ring och berättar i tur och ordning tre saker om sig själva. De andra ska gissa vad som är sant och vad som är falskt.

Tre favoritsaker

Tre bollar kastas samtidigt i gruppen. Den första bollen = favoritmat, den andra bollen = hobby och den tredje bollen = t.ex. favoritfilm. Då man fångar en boll ska man ropa ut svaret.

Finlands karta

Man ritar en karta över Finland med alla de studerandes hemstäder. Vi ritar en fiktiv karta över Finland eller Egentliga Finland eller Åbo, och de studerande placerar sig enligt var de bor. Var och en berättar något bra och något dåligt med stället där de bor. Ändring: gör en världskarta och ställ frågan var skulle du vilja bo/vart skulle du vilja resa och varför.

Före en egenskap

Var och en skriver ner vilken de skulle vara av följande: väder, färg, växt, månad, veckodag,

djur, doft, bok, världsdel (de här står färdigt på pappret). De färdiga svaren samlas in och delas ut. Deltagarna läser de papper de fått och de övriga i gruppen försöker gissa vem det är frågan om. Till sist diskuterar gruppen hur svårt det var att gissa.

Namnlapsövning

Studerandenas namnlappar blandas om och de ska reda ut vilken lapp de själva fått. De ställer frågor om personen som man endast kan svara ja eller nej på. Till sist presenterar paren sig för den övriga klassen enligt de svar de fått.

Ändring: Intervjun kan även ske med hjälp av en färdig blankett.

Bekant med huset

Målet är att bli bekant med skolmiljön. En av klassmedlemmarna får en karta med en plats/rutt som de ska hitta. Läraren är endast där som stöd. Platser runt om i skolan, det kan vara utbildningsgrenar, kontor, bibliotek, hälsovårdare mm. På varje plats ges en presentation på högst 2–3 min. Målet är att skapa en bild av platsen.

Likheter och skillnader – blomma

Handledaren har med sig papper eller kartong i olika färger och lim. Gruppmedlemmarna pysslar en blomma med en rund mitt och lika många kronblad som gruppen har medlemmar. Gruppmedlemmarna diskuterar sinsemellan och antecknar så många saker som möjligt i blommans mitt som förenar alla i gruppen (t.ex. "Jag studerar i Åbo). Var och en antecknar något på kronbladen som bara gäller en själv (t.ex. "Jag går på Nia").

Jagets marknad

Ledaren har på förhand förberett adjektivlappar med olika adjektiv. Ledaren delar ut fyra lappar åt varje deltagare. Efter detta får deltagarna byta lappar sinsemellan så länge att alla får lämpliga adjektiv. Då alla har ett lämpligt adjektiv berättar var och en varför de valde just det ordet.

Bytesaffär för egenskaper

(I samma stil som föregående.) Egenskapernas bytesaffär passar som lära känna- och uppvärmningsövning. Ledaren har lappar med ca 50–70 egenskaper, t.ex. "jag gillar att resa", "jag är yngst i min familj", "jag bor i ett rött hus". Alla deltagare ges slumpvis fem lappar med egenskaper. Gruppdeltagarna rör sig i rummet och utför bytesaffärer med varandra om egenskaperna. Målet är att få fem egenskaper som passar en själv. Om deltagarna inte har tillräckligt med egenskaper att byta med varandra kan man ibland uppsöka affären (=de lappar läraren inte delat ut). Till sist presenterar alla sig själv med hjälp av egenskapslapparna.

Bekanta sig med bilder

Material som behövs: Många bilder på människor som klippts ut ur tidningar. Bilderna ska visa olika sysslor, känslor osv. Om man vill använda bilderna många gånger lönar det sig att limma dem på vitt papper, sätta in i dem plastfickor eller till och med laminera dem. Bilderna kan användas gemensamt av alla grupphandledare, vilket minskar på allas arbete.

Bildsamlingen kan kompletteras under årens lopp och den kan användas flera gånger med samma grupp, till exempel då man behandlar känslor. Bilderna bredds ut på golvet så att alla kan se dem. Var och en tar en bild i tur och ordning och sätter sedan tillbaka den, så att alla kan använda samma bild om de vill. Personen berättar vad bilden säger om honom/henne.

Finn en vän

Var och en får ett papper där de ska hitta en person som passar in i varje ruta. (Rutdiagram

nedan)

HITTA NÅGON I GRUPPEN SOM...

(Minst ett namn i varje fält)

Har gått en kurs i första hjälpen	Drömmer om en egen båt	Gillar att sjunga
Har flyttat under det gångna året	Besöker konstutställningar	Har gröna ögon
Lyssnar på finsk pop	Gillar deckare	Sysslar med handarbete
Tycker om att skriva	Gillar Zumba	Tycker om hösten
Har rest utanför Europa	Tycker om fantasifilmer	Inte gillar choklad
Går på logdans	Har liftat	Brukar vandra

Sipp sapp

Lekdeltagarna står i en ring, en person står i mitten. Innan leken börjar är det bra att kolla vad de som står bredvid en heter. Personen som står mitt i ringen rör någon person i ringen på axeln och säger sipp eller sapp. Om personen i mitten säger "sipp", ska deltagaren säga namnet på den som står till höger i ringen. Om personen i mitten säger "sapp", ska deltagaren säga namnet på den som står till vänster i ringen. När leken börjar gå bra kan man byta plats i ringen.

Dubbelsmörgås

Lekdeltagarna sitter på stolar i en ring. Ledaren säger olika egenskaper som deltagarna kan känna igen sig i och hur många stolar de ska flytta sig. Egenskaperna kan till exempel vara karaktärsdrag eller något som gäller intressen eller familjen. Ledaren kan till exempel säga så här: "Om du spelar piano ska du flytta dig fyra stolar till höger." Den som påståendet passar in på ska flytta sig enligt anvisningen. Om det redan sitter någon på stolen ska deltagaren sätta sig i dennes famn.

Toapappersleken

Lekledaren kommer fram och säger att toapappret är slut. Ledaren håller den sista rullen i sin hand och var och en tar så många bitar han/hon tror sig behöva under dagen/hela veckan (minst ett ark). Idéen är att deltagarna ska berätta lika många saker om sig som de har ark.

Lögn eller sanning

Deltagarna formar en tät ring. Ledaren börjar med att berätta om personen bredvid:

- Vem personen är
- Var personen bor
- Hur gammal personen är
- Vilket horoskoptecken personen har
- Vad personen gillar
- Vad personen har för intressen
- Vilket personens favoritämne i skolan är

Obs! Sakerna behöver inte vara sanna. Under rundan märker man ofta att den som berättar säger saker om sig själv fast han/hon talar om någon annan. Låt gruppen märka det här!

Stig upp och byt plats om...

Hela gruppen sitter på stolar i en ring. Ledaren ställer sig mitt i gruppen och konstaterar något om sig själv. T.ex. "Jag har två syskon" eller "Jag åt gröt i morse".

Om påståendet passar in på en deltagare ska denne stiga upp och byta plats med någon annan som ställt sig upp. Den som blir utan stol ställer sig näst i mitten och berättar något om sig själv. Övningen fungerar även som uppvärmning under senare grupptillfällen.

Vem är jag?

De studerande delas in i par. De får lappar med A eller B. De med A börjar genom att i en minut berätta vem han/hon är och om sina egenskaper. Sedan byter personerna roller. B berättar i en minut om sig själv. Sedan berättar B först hurdan han/hon inte vill vara. Sedan berättar A samma sak. Efter detta berättar A ännu först hurdan han/hon vill bli och varför. Sedan berättar B samma sak.

Ser du på mig?

Deltagarna står parvis mot varandra. Paret tittar mycket noga på varandra från huvud till tår. Sedan vänder de från varandra och ändrar på två saker i sitt utseende, t.ex. öppnar en knapp i skjortan eller flyttar klockan till den andra handen. Efter ett tag vänder de sig mot varandra och försöker komma på vad den andra ändrat.

Gemensamma saker

Parvis försöker man komma på så många gemensamma saker som möjligt. Vem hittade flest? Hurdana likheter?

Att berätta om sitt par

Lekdeltagarna får två föremål som hör ihop, och de ska försöka hitta sitt par utifrån det föremål de har. När de hittar sitt par ska de sätta sig bredvid varandra. Båda får i några minuter berätta om sig själva. Sedan går man en runda bland alla deltagare på så vis att paret alltid presenterar sitt par och berättar det hon/han kommer ihåg. Den som presenteras får lägga till eller rätta till saker om det behövs.

Minnesspel

Alla deltagare får sex kort och de skriver ner olika saker om sig själva på korten: förnamn, efternamn, horoskop/födelsedag, favoritdjur, hobby, en god vän. Paret bildar grupper på cirka fyra personer och spelar ett minnesspel i gruppen. Alla deltagare placerar sina kort på bordet med textsidan neråt. Spelet spelas som ett minnesspel. Den som står i tur ska försöka lyfta två kort som hör till samma person. Om detta lyckas får spelaren behålla paret och turen fortsätter. Om spelaren inte hittar ett par sätts korten tillbaka på bordet på samma platser och nästa spelare står i tur.

4.2 Att bilda par och grupper

När du har fått en ny klass som håller på att lära känna varandra är det bra att använda slumpmässiga sätt att bilda par och grupper. Slumpen hjälper till att undvika att personer som känner varandra bildar par och grupper tillsammans. Detta främjar inte gruppbildningen och får inte gruppdeltagarna att lära känna varandra. När slumpmässiga metoder väljs blir ingen utan par eller grupp och blir inte utomstående i sin egen klass.

Enligt sammansatta ord

Det behövs till exempel lappar med orden: frukt, sallad, glass, kiosk, spår, vagn, last, bil, segel, båt, webb, shop, sol, bad, tennis, racket, stek, panna, ögon, skugga eller vilka sammansatta ord man nu vill använda. Alla i gruppen får en lapp med en del av ett sammansatt ord. Gruppmedlemmarna ska hitta ett par, dvs. ett ord som passar ihop med det egna.

Enligt längdordning

Deltagarna ställer upp sig i längdordning. Ledaren ber dem bilda par så att

- a) Paret är så lika långa som de övriga paren. Den längsta bildar par med den kortaste, den näst längsta med den näst kortaste osv.
- b) De två som bildar paret är så lika långa som möjligt. De två längsta blir ett par, de två kortaste ett par osv.

Enligt födelsedagsordningen

En kö bildas enligt födelsedagen (inte årtalet). Ledaren ber deltagarna bilda par så att

- a) Alla par i genomsnitt har födelsedagar som ligger lika nära varandra. Den som först firar sin födelsedag bildar par med den som sist fyller år, den med nästförst födelsedag bildar par med den som har födelsedag nästsist osv.
- b) Paret's födelsedagar ligger så nära varandra som möjligt. De två som fyller år först under året bildar ett par osv.

Att hitta vänner med hjälp av hälsningar

Ledaren har gjort lappar med hälsningar på olika språk. Det finns alltid två av varje lapp. Alla som leker får en lapp. De ska sen leta efter sitt par med sin hälsning.

Med färglappar

Ledaren skaffar tillräckligt med olikfärgade lappar (eller färgpennor/tuschpennor), två av varje färg. Gruppmedlemmarna drar en lapp med ögonen stängda. Personer som fått samma färg bildar par.

Med hjälp av snören

Ledaren skaffar ett tillräckligt antal snören som är cirka en meter långa. Ledaren tar tag mitt i snörena så att deras ändar hänger rakt ner. Deltagarna fattar tag i en ände. När alla håller i ett snöre släpper ledaren taget om dem. De som håller i samma snöre utgör ett par.

Gruppmedlemmarna ställer sig i kö

- a) I längdordning Sedan bildas ett tillräckligt antal grupper. Anvisningen kan vara att de som står bredvid varandra bildar en grupp, eller också kan man ta ett tal i gruppen, till exempel 1–5 om man behöver fem grupper, eller ordna grupperna så att de blir så lika stora som möjligt.
- b) I födelsedagsordning (inte enligt årtalet) eller i namnsdagsordning

c) I bokstavsordning enligt förnamnet eller efternamnet

Handledaren ger alla deltagare varsin lapp med ett djur

Gruppmedlemmarna sluter ögonen (använd dukar om det behövs) och börjar låta som det djur som står på lappen. Berätta hur många de är i varje grupp. När gruppens medlemmar har hittat varandra står de stilla och är tysta tills alla djur har tystnat.

Gruppindelningen som problemlösning

Till exempel enligt färgen eller antalet knappar på deltagarnas kläder, enligt skor eller strumpor osv. I grupperna kan man samla likadana eller olika. Den här typen av indelning kräver snabba iakttagelser och slutsatser av ledaren. Anvisningen kan till exempel lyda:

- a) I gruppen ska färgerna svart, röd, blå och någon annan färg finnas. Gruppen ska ha både pojkar och flickor i så samma antal som möjligt.
- b) Gruppen ska ha både pojkar och flickor i så samma antal som möjligt. Alla ska ha något i olika färger. Minst en av gruppens medlemmar ska ha något randigt, rutigt eller med ett annat mönster.

Gruppindelning med färgkort

Ledaren skaffar färgkort med ett lämpligt antal olika färger. Gruppmedlemmarna väljer ett färgkort. Grupperna bildas till exempel så att

- a) Personer med lappar i samma färg bildar en grupp
- b) Gruppen ska ha olika färger och både flickor och pojkar i så jämnt antal som möjligt i alla grupper

Att bilda grupp enligt en åsiktsbarometer

Bilda en barometer med två extrema ändar: Öka på skoldagens effektivitet genom att avlägsna rasterna och

Förläng rasterna, eftersom de är skoldagens bästa del. Du kan bilda grupperna från början eller slutet av barometern, eller dela in dem enligt tal så att det bildas den typ av grupper som behövs, t.ex. med 3–4 personer.

Företräda bitarna

Alla får en bit av ett vykort. Sedan ska personen hitta de andra som har bitar från samma vykort.

5 Gruppens regler

Då gruppmedlemmarna lärt känna varandra är det bra att känna till de gemensamma reglerna och målen.

När man gör upp reglerna och målen kan det vara bra att börja med gemensamma funderingar för att alla i gruppen ska få delta. Man kan diskutera reglerna och målen tillsammans så att alla får berätta sina förväntningar. Om det verkar svårt att få igång diskussionen kan deltagarna först få ett papper där de kan skriva ner sina tankar innan man går igenom sakerna tillsammans. Det lönar sig att skriva ner gruppens regler och mål på papper och sätta dem någonstans där de syns. Kom ihåg att läraren genom sitt agerande kan försvaga eller förstärka reglerna!

Att göra upp gruppens regler

Det är bra att genomföra den här helheten under den första skolveckan.

Mål: Att skapa gemensamma mål och spelregler och att åta sig att följa dem. Varaktighet: 45 min (eller längre, om det finns tid)

Lektionens gång:

1. Var och en fyller i planen för klassanda självständigt. Inga diskussioner i det här skedet. De studerande kan ledas till att anteckna saker som påverkar klassandan och trivseln i skolan. (10 min)

Plan för klassanda

Nämn fyra saker som du önskar ska finnas i er klass:

- Jag vill att...

Tänk på fyra saker som du absolut inte vill att ska finnas i er klass;

- Jag vill absolut inte att det i vår klass ska finnas...

2. Dela in eleverna i arbetspar (bästa vänner får inte vara par). (10 min)

Eleverna väljer de tre viktigaste sakerna från bådads blanketter.

- vi vill att det i vår klass... (tre saker)

- vi vill absolut inte att det i vår klass... (tre saker)

3. Föreana paren i smågrupper på fyra personer. Smågrupperna gör samma som ovan, alltså försöker hitta de viktigaste sakerna. (10 min)

4. Samla alla förslag på tavlan. Försök hitta de tre saker som hela klassen tycker är viktigaste, för att skapa hela klassens gemensamma avtal.

Sakerna kan först antecknas på oh-film och sedan kopieras till alla. De studerande och läraren undertecknar avtalet. (15 min)

Spelregler och val av "klassens äldste"

Skapa spelregler för klassen.

- Baserat på en diskussion om skolans ordningsregler och på anvisningarna i studieguiden
- Leds av läraren
- Motiveras
- Tillsammans
- "Vi försöker göra vår grej, så att säga"
- Färdiga ämnen utplockade
- Gemensamma följder?

Klassens egna förtroendevalda väljs: "Klassens äldste"

Gruppens regler

Nedan ges meningar som kan vara till hjälp för att skapa regler. Man kan också skriva ner reglerna på papper så att alla i gruppen undertecknar dem.

1. Jag ser till att jag och mina klasskompisar **kommer i tid**.
2. De saker som behandlas i gruppen är **konfidentiella**. Vi talar inte om gruppens ärenden utanför gruppen.
3. Jag strävar efter en **öppen, konstruktiv och ärlig** dialog i gruppen.
4. **Jag lyssnar** och tar mig själv och mina klasskompisar **i beaktande**.
5. **Jag respekterar, uppskattar och stöder** mig själv och mina klasskompisar.
6. **Jag deltar aktivt** i gruppens verksamhet och utför de uppgifter som ges.
7. Fysiskt och mentalt våld **hör inte hemma** i vår grupp.
8. Alla saker som inverkar på gruppens verksamhet **behandlas i gruppen** (bl.a. brott mot reglerna, frånvaro...).

Teamlomma

Rita gruppens teamblomma. Alla lyfter fram någon god egenskap hos sig själv som de tror kan stärka teamet. Detta ger blomman goda och starka kronblad.

6 Gruppbildning

Det är viktigt att en ny grupp blir bekant och skapar regler. När alla känner varandra och känner att gruppen är trygg kan man börja stärka gruppkänslan. Det finns många alternativ: funktionella övningar, problemlösning, roliga övningar och spel. En del av övningarna kan utföras inne, andra ute i det fria. De här övningarna kan även förenas med lektionernas ämnen eller tas upp under lektionerna som ett sätt att lätta upp stämningen.

• Funktionella

Att bära upp käppen

Gruppen bär upp en käpp med sina pekfingrar. De ska sätta ner käppen på marken utan att släppa greppet.

Den blindes pussel

En bygger ett pussel med förbundna ögon, de andra ger råd. Inte röra! Tävling: den grupp som först är färdigt har vunnit.

Flygande mattan

Hela gruppen står på mattan. Målet är att vända mattan i motsatt riktning utan att lämna mattan.

Opinionsmätare

Du behöver: En lista på åsikter för att dela in gruppen ungefär på hälft En lista på frågor (hitta på fler frågor om det behövs, t.ex. om studieämnet)

Märkeskläder är *must*.

Tobak är dumt.

Det borde vara frivilligt att studera svenska.

Civiltjänstgörare är inte nationalister.

Människor har själva ansvar för sin inkomst.

Finland ska ta emot fler flyktingar.

Politikerna driver bara sina egna ärenden.

Alkohol är det bästa sättet att slappna av.

Jag tycker att skolan är viktigt.

Jag kan själv påverka min framtid.

På väggarna i rummet finns lapparna "Helt av samma åsikt" och "Helt av annan åsikt".

Ledaren läser påståendena och ber gruppens medlemmar att ta plats på barometern. När guppen fördelas ungefär på hälften kan gruppmedlemmarna uppmanas att ta ett par på ungefär samma plats på andra sidan barometern. Så om du är "Helt av samma åsikt" tar du ett par som är "Helt av annan åsikt". Om du står mitt på barometern tar du ett par som är så nära mittstreckket som möjligt, men på andra sidan osv. Paret utbyter tankar om varför de tycker som de gör. Till sist ber ledaren deltagarna att berätta om sina erfarenheter, hur den egna åsikten ändrades efter att de diskuterat med någon av motsatt åsikt.

Rådgivare

Gruppen delas in i två delar. Grupperna bildar glesa rader. En av deltagarna blir utanför grupperna. Denna person går mellan raderna och lyssnar till rådgivarna för att kunna fatta beslut i ett viktigt ärende. Det kan vara ett samhälleligt ärende eller en fråga som gäller det personliga livet, t.ex.

- Att börja röka
- Att använda alkohol
- Att skolka
- Att ordna fest.

Rådgivarna på ena sidan ger råd som säger att det är en bra sak som nog bör göras, medan rådgivarna på andra sidan säger att det inte är värt att göra saken. När alla har gett råd ska den som lyssnat fatta sitt beslut enligt sina egna åsikter och enligt de råd som gavs.

Personen berättar hur det kändes att lyssna till råden och om något av råden avgjorde hans/hennes slutliga åsikt. Efter det här lönar det sig att diskutera hur andra kan påverka åsikter och om hur gruppsycket påverkar beslutsfattandet. Det är även bra att diskutera det ansvar man har då man försöker påverka någon annans åsikter, beteende eller handlande. Det är bra om alla deltagare ännu funderar för sig själv hur självständiga beslut de egentligen fattar.

Den blindes ögon

Du behöver: En duk per deltagare

Alla sätter sig i ring. Alla utom en är blinda och täcker sina ögon med en duk. Medlemmen utan duk är ögon för de blinda och beskriver någon av medlemmarna i gruppen.

Beskrivningen kan endast bestå av positiva saker om

- utseendet • karaktären
- kläderna • temperamentet
- intressen • egenskaper
- hobbyer • horoskoptecknen osv.

De blinda försöker gissa vem som beskrivs. Den som blir beskriven får inte gissa sig själv. När gruppen gissat rätt kan man diskutera hur det kändes att bli beskriven och om beskrivningarna stämde.

Pantomim

Det behövs lappar med hobbyer eller yrken. Använd sådana hobbyer och yrken som lätt kan visas som pantomimer och som är allmänt kända. Den som gissat rätt får en poäng.

Maskiner, gruppantomim

Gör övningen i smågrupper. Ledaren säger någon maskin och gruppen ska så snabbt som möjligt försöka bilda maskinen i fråga. Om handledaren säger 'brödrost' får grupperna ett tag fundera på hur de ska skapa maskinen. Sedan bildar gruppen en brödrost av sig själva och visar upp den för de andra grupperna. De andra försöker gissa vilken maskin det är.

Kaptenen befäller

En i gruppen blir kaptten. När kaptten befäller ska de andra följa order. Kaptten ska alltid komma ihåg att säga Kapttenen befäller, annars får man inte göra rörelsen. Om de som leker gör rörelsen fast kapttenen inte befäller så faller de ut ur leken.

Tömna strumpan

Ledaren har satt samma småföremål i en strumpa för varje lag. Ledaren säger något föremål och den första i varje lag gräver fram föremålet i fråga från strumpan. Det lag som först hittar

föremålet får poäng.

Knuten

Gruppen ställer sig i båda ändorna av ett rep och ska försöka knyta en knut på repet utan att lossa taget om repet.

Repfigurer

Gruppen ställer sig längs repet med jämna mellanrum och bildar de geometriska figurerna. Ledaren läser upp utan att säga något. Repet får inte ta i marken.

Snöskulpturtävling

Det är roligt att ordna en snöskulpturtävling när det är blidsnö som enkelt kan formas. Lagen kan få spadar, käppar eller andra föremål för skulpteringen. En per lag kan utses till domare eller också kan man rösta fram vinnaren.

Het potatis

Deltagarna sitter i ring och en het potatis, dvs. en boll eller ärtpåse, cirkulerar. En av spelarna står utanför ringen. När han ropar het potatis stannar den heta potatisen. Den spelare som håller i ärtpåsen flyttar sig också utanför gruppen. Spelarna utanför ringen räknar tyst till det tal de kommit överens om och ropar sedan het potatis. Så här fortsätter man tills alla har fallit ur leken.

Reagera på ett ord

Spelarna lyssnar till en historia med ord som ofta upprepas. Mitt bland spelarna finns ett föremål som skallrar. Spelarna får inte hålla i föremålet hela tiden, utan de ska ta tag i det då det hör ordet som upprepas. Ledaren ser vem av spelarna som först rörde vid föremålet. Spelaren får poäng. Den med flest poäng vinner.

Rumpan först

Det behövs stolar som placeras i en ring. Det finns en stol mindre än deltagare och en stol avlägsnas alltid då någon faller ur leken. Spelarna rör sig i ring bredvid stolarna. Ledaren ger olika anvisningar, till exempel med rumpan, med foten. Då ska spelarna röra vid en stol med kroppsdelen i fråga. Endast en person får röra vid en stol, så någon faller bort efter varje omgång.

Mark, luft och vatten

Ledaren delar in spelarna så att de representerar antingen mark, luft eller vatten. Ledaren säger namn på olika djur som lever antingen på marken, i luften eller i vattnet. När deltagarna hör namnet på ett djur som lever just i sitt element ska de hastigt gå ner på huk. Den som går ner på huk på fel ställe eller till sist faller bort ur leken. Den som sist är kvar i leken vinner.

Kvastskaftet

Ett kvastskaft eller liknande behövs för spelet. Spelarna ställer sig på båda sidor om kvastskaftet och sätter pekfingrarna omlott. Avsikten är att bära upp käppen med pekfingrarna och tillsammans försöka sätta ner käppen i marken. Övningen förutsätter att gruppen har en gemensam rytm och kan samarbeta. Övningen upprepas tills kvastskaftet sänks ned medan alla håller i det.

Blindlabyrinten

Den här övningen kan utföras i en skog där man drar snören kors och tvärs mellan träden. Avsikten är att skapa en labyrint som förstås också innehåller återvändsgränder. En nyckelknippa eller något som passar in i historien placeras någonstans "bak" i labyrinten, till exempel i en återvändsgränd. I anvisningarna till gruppen berättar ledaren att de kommer att placeras en och en i gruppen både blinda och stumma. När alla deltagare är ute i labyrinten ger ledaren tillstånd att inleda övningen. Gruppen försöker hitta nyckelknippan och leda hela gruppen till den. Deltagarna rör sig försiktigt i labyrinten och håller hela tiden en hand på repet. Det är ledarnas uppgift att se till att deltagarna tryggt kan röra sig i terrängen. Om någon tappar bort sig hjälper ledaren personen tillbaka till labyrinten. När gruppen här nos nyckelknippet kan ledaren fråga om hela gruppen är samlad och fråga hur de kan försäkra sig om detta. Uppgiften är rätt utmanande och kräver fokus, det viktigaste är att gruppen kan jobba utan diskussioner och utan ljud. En god övning för att se om det finns en ansvarsbärare i gruppen som letar efter och styr de andra.

Kladdiga popcorn

Spelet börjar med att lekdeltagarna hoppar, skuttar eller studsar runtomkring. De är kladdiga popcorn som försöker närma sig andra likadana majs-korn. När ett korn rör vid ett annat korn fastnar de ihop. När de fastnar ihop fortsätter de studsa tillsammans och fastnar vid nya korn, tills alla korn har fastnat ihop till en enda stor popcornsklump.

Kägelväktaren

Det behövs en stor boll och 3–4 käglor. En av spelarna utses till väktare. Deltagarna står i ring, i mitten finns käglorna och väktaren. De som står i ringen kastar bollen hit och dit och försöker utan att väktaren märker fälla någon av käglorna med bollen. Den som lyckas med detta blir väktare, och den förre väktaren ställer sig i ringen. Om väktaren själv faller en kägla utser han/hon någon annan i sitt ställe.

Föremålet cirkulerar

Deltagarna sätter sig i ring och tar t.ex. en trästicka och en liten sten. Deltagarna sätter sig med händerna bredvid varandra och håller handflatorna uppåt. En i ringen tar stickan och stenen i sin hand och sätter båda i cirkulation i olika riktningar. Idén med spelet är att stenen och stickan inte finns i handen hos samma människa samtidigt. Om deltagaren tappar föremålen faller han/hon bort ur leken, och om föremålen samtidigt finns hos samma person faller han/hon bort ur leken. Deltagarna kan byta riktning för föremålen under lekens gång, men de får inte dra bort handen då någon annan försöker sätta dit ett föremål. Och föremålet går via den ena handen till den andra handen.

Amöban/Evolutionsspelet

(Uppvärmningslek)

Spelet har fyra olika roller: AMÖBA (man gör simrörelser med händerna och upprepar amöba, amöba...), KACKERLACKA (viftar med båda pekfingrarna ovanför huvudet, som om de vore känselspröt samtidigt som man låter tsikitsikitsiki), HARE (gör stora haröron med raka händer ovanför huvudet och viftar fram och tillbaka med dem samtidigt som man låter flapflapflapflap...) och GORILLA (bultar med båda knytnävarna mot bröstet och ropar ööööö med öppen mun....). Spelets idé är att alla börjar som amöbor och rör sig runt i rummet. När man möter en annan amöba stannar man upp och spelar sten, sax och påse. Den som vinner får gå upp på nästa nivå och alltså bli kackerlacka, den som förlorar förblir amöba och letar upp nästa amöba att tävla mot. Man får bara tävla mot ett djur på samma nivå. Vinnaren avancerar till nästa nivå och förloraren faller ner en nivå, t.ex. om man lyckats bli hare och förlorar mot en annan hare så tvingas man ett steg neråt i evolutionen och blir kackerlacka. Spelet går från amöba till kackerlacka, hare och slutligen till gorilla. Den som vinner gorillakampen når evolutionens högsta nivå och blir människa och slutar spela. I slutet av spelet borde det finnas en av varje sort, och de kan inte tävla sinsemellan. Så går ju evolutionen.

Bollkastning i ring

Här behövs minst 5 st. tennis- eller innebandybollar. Deltagarna samlas i ring och ledaren kastar bollen åt någon i ringen och lyfter upp handen. Den som fått bollen kastar den vidare till en annan deltagare och lyfter upp handen. Spelet fortsätter på samma sätt och man kan inte kasta till en person som håller handen uppe. Idén är att bollen cirkulerar hos alla i ringen och kommer tillbaka till ledaren. Alla i ringen ska komma ihåg vem de fick bollen av och vem de kastade den åt. Sedan börjar man den egentliga bollningen och bollen går i samma ordning så snabbt som möjligt. När allt går bra kan ledaren lägga till flera bollar som cirkulerar på samma bana. En bra och rolig koncentrationsövning.

Klipptävling

Spelarna delas in i jämnstora lag på 4–6 personer. Varje lag får en sax och en tidning. När ledaren ger tecken börjar lagen klippa ut bokstäver ur tidningen för att bilda förnamnet på alla i laget. Det lag som först har samlat ihop namnen vinner.

Känseltavlan

Spelarna står i en kö. Alla håller i en penna och har ett papper på ryggen. Den sista i kön ritar en figur, siffra eller en bokstav på ryggen på personen som står framför. Denna försöker rita samma figur på ryggen framför sig. Så går figuren från rygg till rygg tills den som står längst fram i kön ritar den på papper eller på krittavlan. Till slut ser man om figuren ändrade form under resans lopp.

Stenen gömmer sig.

Deltagarna bildar en ring och i mitten står en eller två spelare. De som står i ring börjar forsla runt ett föremål i ringen, till exempel ett suddgummi, från hand till hand så att de som står i mitten av ringen inte märker var föremålet finns. Alla i ringen rör på händerna som om det var just de som håller i föremålet. De i mitten försöker komma på var föremålet är. Den som håller i föremålet då det hittas blir den som näst gissar var föremålet finns. Om det är två personer i mitten får den nya personen som ska gissa välja ett par som också ska gissa.

Vad är klockan?

Spelarna sitter i ring och har 24 tändstickor vardera. Var och en tar i tur och ordning en del av sina stickor i handen och frågar av personen bred vid "Var är klockan?" (alltså hur många stickor har jag i min hand) Om den som svarar gissar fel ska han/hon ge den som frågar lika många av sina stickor som skillnaden mellan det rätta svaret och gissningen. Om spelaren gissar rätt ska den som frågade ge gissaren alla stickor i sin hand. Den med flest stickor då spelet slutar har vunnit.

Vatten i skon

Spelarna delas in i två lika stora lag, ena laget går ut. De som är inne väljer ett par bland laget som är där ute. De som är där ute kommer in, en åt gången, och bugar sig för vem de vill. Om spelaren bugar sig för någon som inte valt honom/henne, ska man säga "vatten i skon" och spelaren ska hoppa ut på ett ben. Om spelaren bugar sig för rätt person säger man "Till himlen" och spelaren får stanna kvar där inne. Alla ska buga sig så många gånger tills de träffar rätt. När alla har hittat sitt par byter lagen plats.

Minnesspel

Två av spelarna går ut från lekrummet. De andra spelarna delar in sig i par. Varje par kommer sinsemellan överens om ett gemensamt ljud eller en rörelse. Sedan "blandar sig" spelarna, så att paren inte står bredvid varandra. De två spelarna kommer tillbaka in. De börjar spela minnesspel. Spelarna försöker i tur och ordning hitta par, de får röra två av "minneskortet" på huvudet. När spelaren blir berörd ska han/hon göra det överenskomna tecknet. När spelaren hittar ett par får hon paret i sitt bo. Spelaren med flest par vinner.

Från klunga till kedja

Gruppen ställer sig först i en tät klunga och fattar sedan tag i varandras händer. De fattar tag med en hand i en person och i någon annan med den andra handen. Alla håller alltså i händerna på två andra personer. Ingen får släppa taget. Ledaren "bryter" kedjan någonstans och efter detta har två av deltagarna ena handen fri. Nu ska klungan reda ut sig till en lång kedja, de två första gruppdeltagarna bildar kedjans ändor. I praktiken måste deltagarna klättra under och över varandras händer. Uppgiften är klar då kedjan inte längre har några knutar.

Värdeauktion

”En ”värdeauktion” ordnas för att analysera deltagarnas livsvärderingar eller yrkesvärderingar:

Varje person (tränare, studerande osv.) antecknar på t.ex. 10 pappersbitar någon viktig sak, egenskap eller värde som han/hon äger:

T.ex. hälsa, moderiktiga kläder, resor, kärlek, hem, datorn, telefon, pengar, rättvisa, respekt för andra, tolerans... vad som helst. Sakerna värdesätts från det svagaste till det starkaste 1–10 (t.ex. kärlek 10, datorn 9, telefonen 8...) = sammanlagt 1+2+3... = 55 pengar. Ledaren (mäklaren) antecknar på ett stort papper vilka saker som auktioneras ut och deras värden (priser) och erbjuder en sak åt gången till försäljning och säljer varan till den högst bjudande.

Till sist går man igenom vad deltagarna köpt och till vilket pris. (Kärlek 10 ”Pengar”, så för det kan man köpa en bil 5 pengar + dator 5 pengar av någon annan) Till sist funderar gruppen över hur sakerna, varorna, egendomen och värderingarna har ändrats och varför. Vad är det viktigaste för deltagarna? ”

Auktionen fortsätter tills affärerna avslutas på grund av penningbrist och/eller eftersom ingen längre vill sälja något.

Leken kan även utnyttjas ur yrkessynpunkt, man ber alltså spelarna (t.ex. lärare, studerande på yrkesläroverk) att namnge yrkesvärderingar och börja köpslå om dem.

Problemlösning

Snabbordsspel

Gruppen ska så snabbt som möjligt bilda så många ord som möjligt av de givna bokstäverna. Man kan även tävla: indelning i lag och laget med flest ord vinner.

Papperskvadraten

Gruppen ska sätta ihop en kvadrat av givna pappersbitar. T.ex. ett vykort som klippts sönder.

Högsta tornet

Vilken grupp/par bygger det högsta tornet av sugrör och nålar.

I samma båt

Rita en liten båt på marken eller markera ut den med målartejp. Hela klassen ska rymmas i samma båt. Båten kan förminskas ett par gånger och då måste gruppen fundera över hur alla ryms in i båten. Dela in gruppen i två lag om du vill göra det till en tävling. Rita en egen båt för båda lagen. Den grupp som snabbare hoppar in i båten har vunnit.

På en öde ö

1) Fas

Var och en funderar ut och antecknar 20 saker som de vill ta med till en öde ö.

2) Fas

Bilda grupper på fyra personer. Båden som tar dem till den öde ön är liten och på stranden märker de att de endast kan ta med sig 10 saker sammanlagt. Gör en gemensam lista med de saker som de tar med.

3) Fas

Bilda två stora grupper. Båten kör på grund. Vi måste kasta saker överbord. Vilka 5 saker blir kvar?

4) Fas

Grupperna presenterar sina listor för varandra.

Kändis

Material som behövs: Lappar med namn på kändisar. Dela in gruppen i par. Använd ett slumpmässigt sätt för att bilda gruppen. Ge varje deltagare en lapp med ett namn på en kändis. Den ena börjar med att ställa frågor som man kan svara Ja eller Nej på. Till exempel

- Är jag utländsk?
- Är jag en kvinna?
- Är jag vuxen?
- Är mitt yrke idrottare?

När spelaren är rätt säker på personen kan han/hon försöka gissa. Om svaret är rätt byter de tur. Om svaret är fel kan den med lappen ge ett tips på vad spelaren borde fråga.

Genom tullen

Spelets idé är att komma på hur man kan ta sig genom tullen. Ledaren väljer ett ämne eller en bokstav som behövs för att ta sig igenom tullen. Sedan börjar ledaren med att berätta vad han/hon har i kappsäcken för att ta sig genom tullen. Efter det får spelarna turvis prova sin tur. Ledaren kan till exempel säga "Jag har med mig bröd och kommer genom tullen". Då kommer man genom tullen om man har någon matvara i kappsäcken.

Strumpbyxor

Ledaren frågar spelarna: När man köper strumpbyxor spelar storleken ingen roll eftersom strumpbyxor töjer. Vad spelar roll? Spelarna gissar i tur och ordning vad som spelar roll. Idén är att det inte får finnas något K i ordet.

Vad vet du om min vän?

En av spelarna går ut ur rummet. De övriga bestämmer under tiden vilken av de andra som väljs ut som spelarens vän. Spelaren ska försöka komma på vem hans/hennes vän är genom att ställa frågor som man kan svara Ja eller Nej på. När spelaren hittar sin vän är det en annans tur att spela. Frågorna får inte gälla utseendet utan karaktärsdrag eller intressen, till exempel spelar min vän piano?

Är jag Charlie Chaplin?

En av spelarna går ut från rummet och de andra kommer samtidigt överens om vem eller vad spelaren är. Spelaren kommer tillbaka in och ska försöka lista ut vilken figur eller person han/hon är genom att ställa frågor. Spelaren får endast ställa frågor som man kan svara Ja eller Nej på.

Detektivleken

Ledaren berättar för spelarna om en okänd man som tappat minnet. Polisen hade hittat föremål i mannens ficka, en tågbiljett och nycklar. Ledaren kan själv hitta på föremålen.

Spelarna ska antingen i små eller större grupper lista ut vad mannen var.

Konstigt buller

Spelarna bildar grupper. Grupperna hittar på något konstigt ljud eller en samling ljud som de i tur och ordning visar upp för varandra. De andra grupperna sluter ögonen och försöker komma på vad det är för något ljud.

Inköpslista i bokstavsordning

Spelarna sätter sig i ring och lägger till någon vara på inköpslistan i bokstavsordning. Den första spelaren säger: Jag gick till butiken och köpte en ananas, nästa säger: Jag gick till butiken och köpte en ananas och en banan.

Det är inte sant

Ledaren har på förhand skrivit en historia. Det finns avsiktliga sakfel i historien som spelaren ska märka. När någon hittar ett fel i historien säger man: Det är inte sant. Sakfelen kan vara av olika typer.

Pip

Spelarna sätter sig i ring och räknar i tur och ordning upp siffror. För siffror som kan divideras med tre (t.ex. 3, 6 och 9) ska spelaren säga pip istället för siffran.

Alfa och Omega

I Alfa och Omega ska man hitta på nya ord som hör ihop med ett begrepp. Begreppet kan till exempel vara djur, fordon eller städer. En av deltagarna säger ett ord. Nästa säger ett annat ord som hör under samma begrepp och ordet ska börja på den sista bokstaven i det ord som föregående deltagare sa. Så om den första deltagaren säger ordet katt som lyder under begreppet djur, ska nästa deltagare säga ett djur som börjar på bokstaven T (tiger). Så fortsätter leken tills man inte längre hittar på nya ord, då byter man begrepp.

Fortsätt med stavelsen

Leken är av samma typ som Alfa och Omega. Här hittar man alltid på ett nytt ord som fortsätter med samma stavelse som föregående ord. Ordet behöver dock inte lyda under något begrepp. Det första kan till exempel vara kanin och nästa ord ninja.

Initialer

En av spelarna utses till frågare. Frågaren ska ställa frågor till spelarna och de ska alltid svara med samma initial som i deras förnamn. Så om frågaren frågar Lisa om hennes favoriträtt ska hon svara något på L (lasagne). Regeln berättas inte på förhand utan idén är att deltagarna själva ska upptäcka spelets idé.

Tre stavelser

Ledaren frågar olika frågor av deltagarna och de ska svara med ett ord som har tre stavelser. Om spelaren svarar på fel sätt får han/hon ta emot panten som cirkulerar. Panten flyttar från person till person.

Bokstavskombinationer

Gruppen bildar två lag. Ledaren säger olika bokstavskombinationer och lagen ska hitta på olika ord med bokstäverna. När ett av lagen inte längre hittar på ett nytt ord ger ledaren en ny bokstavskombination. Gruppen får alltid poäng för ordet de hittar på.

Bokstavskombinationen kan till exempel vara C och K, och då kan svaret vara docka.

Sex substantiv

Spelarna sitter i ring på golvet och rullar en boll med bjällra till varandra. När ledaren säger en bokstav stannar bollen hos någon. Då ska man så snabbt som möjligt hitta på sex substantiv innan bollen hinner cirkulera runt i ringen hos alla deltagare. Om spelaren inte hinner säga orden faller han/hon bort ur leken.

Motivera din gissning

Den som börjar leken tänker på någon bekant person eller en händelse, men berättar den inte för de andra. Alla får gissa i tur och ordning vad personen tänker på. När alla har sagt sin gissning ska den som började leken berätta vad han/hon tänkte på. Efter detta ska alla i tur och ordning ge sin förklaring till hur och varför den hängde ihop med det som personen tänkte på. Gruppen bestämmer tillsammans om motiveringen godkänns. Om de övriga i gruppen inte godkänner motiveringen får spelaren en pant. Alla som får panten måste göra en uppgift som de andra bestämt.

Vart är jag på väg?

En av spelarna går ut ur rummet. De andra hittar på ett resmål dit spelaren är på väg. Spelaren kommer tillbaka in i rummet och frågar i tur och ordning av de övriga vart spelaren är på väg. Den som svarar ska ge ett tips. Leken fortsätter tills spelaren gissar vilket resmålet är.

Att höra ord

Ledaren säger ord som inte behöver betyda något. I ordet döljer sig ett riktigt ord, som spelarna försöker urskilja. Det är bra om orden först är korta, eftersom uppgiften inte är så lätt. Orden kan ha omkastade bokstäver eller stavelser, eller också kan det vara ett ord inuti ett annat.

Fel på kaffekoppsfabriken

Gruppen får höra följande historia: Det har skett ett misstag på kaffekoppsfabriken och nu har de gjort 10 000 pappersmuggar utan botten. Nu ska spelarna i grupper på fyra eller fem deltagare hitta på nya användningsföremål för pappmuggarna som saknar botten.

Synonymer

Ledaren har antecknat cirka 30 ord och läser upp dem ett och ett. Lagen försöker hitta på en synonym för varje ord. Det lag som först hittar på något får poäng.

Gåtor

Nedan finns olika gåtor som kan användas som uppgift ute på gården eller ges som en rolig hemläxa.

- Tillhör dig men används mest av andra. Vad är det? (ditt namn)
- På ena sidan vägen fanns fem björkar och på andra en. Hur många träd fanns det sammanlagt? (6)
- Vid fronten fanns det en soldat med en tändsticka. Han skulle tända kaminen, en lykta och en cigarett. Vilken tände han först? (tändstickan)
- Vad är det som går och går men aldrig kommer till dörren? (klockan)
- Vad växer på vintern men inte på sommaren och växer med toppen nedåt? (en istapp)
- Vad tar man utan att välja? (den sista)
- Om din morbrors syster inte är din moster, vem är hon? (din mamma)
- En stor indian och en liten indian satt på en stubbe. Den lilla indianen var den stora indianens son, men den stora indianen var inte den lilla indianens pappa. Hur är detta möjligt? (den stora indianen var den lillas mamma)
- Den som gör den, gör den inte åt sig själv. Den som köper den, köper den inte åt sig själv. Den som använder den, vet inget om den. Vad är det? (en gravkista)
- Vilken häst ser lika bra framåt som bakåt? (sjöhästen)

Rolig Kott

Kott-stafett

Deltagarna ställer sig i ring. Ledaren börjar med att säga "Kott kott" till den som står till vänster om ledaren. Spelaren fortsätter och säger likadant till personen vänster om sig. Så här fortsätter man tills Kott Kott-meddelandet når avsändaren. Man övar ännu en gång innan man gör det och tar tid. Målet är att nå maximal hastighet och bryta skolans rekord.

Variation på Kott Kott-stafetten

Deltagarna ställer sig i ring. Ledaren börjar med att säga "Kott kott" till den som står till vänster om ledaren. Spelaren fortsätter och säger likadant till personen vänster om sig. Så här fortsätter man tills Kott Kott-meddelandet når avsändaren. Sedan säger avsändaren något nytt djurläte så som mu, mjau eller bä och detta ljud cirkulerar runt i gruppen.

En annan variation på Kott Kott-stafetten

Deltagarna ställer sig i ring. Spelet börjar då ledaren säger "Kott kott" till spelaren till vänster om sig. Spelaren fortsätter och säger likadant till personen vänster om sig. Så här fortsätter man tills Kott Kott-meddelandet når en person med en lapp på nästa djurläte: mu, mjau, bä. Personen ska nu byta läte till det nya. Så fortsätter man tills stafetten når nästa person med en lapp. Som ändrar läte. Man kan byta lappar mitt under leken och byta ljud. Som bäst kan det vara mycket roligt.

Gruppberättelse

I gruppberättelsen skapar gruppen en berättelse genom att varje medlem endast säger ett ord i gången. Läraren antecknar berättelsen på tavlan. Deltagarna sitter i en ring och berättar historien ett ord i gången. Oftast blir historierna roliga och övningen kan fungera som pausprogram eller som uppvärmning. Alla deltar lika mycket i gruppberättelsen och ingen kan ensam styra historiens riktning. Övningen passar sig särskilt i mitten och i slutet av gruppen.

Ding och Dong

Deltagarna sätter sig i en ring. Två olika föremål cirkulerar i ringen, etta motsols och det andra medsols. Föremålen kan till exempel vara en liten bil och en teddybjörn. Ena föremålet kallas Ding och det andra Dong. Den som inleder leken ger föremålet åt personen som sitter bredvid. Den som får föremålet frågar: Vad är det här? Den som börjar leken säger: Det är Ding/Dong (beroende på föremålet). Varje gång man får ett föremål i handen frågar man av den föregående vad det är, tills den som börjat leken kan berätta vad föremålet är. Efter detta skickar deltagaren meddelandet vindare och berättar vad föremålet är: Det är Ding/Dong. I något skeden möts föremålen i ringen och orden kan blandas ihop.

Grönsaker, namn och länder

Den här leken kräver mycket koncentration. Varje deltagare tänker på ett namn på en grönsak. Vilken deltagare som helst börjar genom att säga sin grönsak. Avsikten är inte att säga grönsakerna i den ordning man sitter i, utan spelarna ska lägga på minnet när det är deras tur att säga. När grönsaksrundan går så bra att alla kommer ihåg i vilken ordning de ska säga sina ord, fortsätter man med namn. Deltagarna får inte säga namnet i samma ordning som de sa grönsakerna. Alla ska nu komma ihåg två olika saker. Under spelet tredje fas säger man länder i tur och ordning, men också här ska ordningen vara annorlunda än under de tidigare omgångarna. Den tredje omgången kräver djup koncentration av deltagarna.

Story utan S

Spelarna sitter i ring och ska i tur och ordning fortsätta historien. Storyn får inte ha några ord med bokstaven S. Om spelaren säger ett ord som innehåller bokstaven S faller han/hon ur leken.

Dårhuset

Två spelare går ut ur rummet och de kommer i tur och ordning in igen för att ta reda på vad spelarna lider av. De frågar spelarna vad som helst: vad är din favoriträtt eller i vilken månad är du född. Under tiden blir resten av spelarna galna på låtsas. I verkligheten får de bara veta hur de ska svara på frågorna. Den första som ställs en fråga för svar vad som helst, bara svaret inte är sant. Nästa spelare svarar på föregående fråga och så vidare.

Djurens parad

Ledaren viskar namnet på ett djur/föremål i varje spelares öra. När ledaren ger lov ska alla börja låta som djuret/föremålet, alla på samma gång. När ledaren säger till ska alla tystna. Efter det får spelarna i några minuter fundera på vilka djur de hörde.

Spel

Bollkast

Spelarna står relativt nära varandra. Ledaren kastar upp en boll och ropar namnet på en spelare. Spelaren ska fånga bollen innan den faller i marken, kasta upp bollen i luften på nytt och ropa nästa namn. Om bollen rör i marken ska de andra springa bort och spelaren vars namn ropades ska försöka hämta bollen så snabbt som möjligt. När spelaren får bollen ropar han/hon "Stop!" och alla stannar. Efter det kastar spelaren bollen mot någon av de andra spelarna. Om bollen träffar en spelare faller denne bort ur leken. Om bollen missar faller den som kastade bollen bort ur leken.

Filtboll

Spelas som volleyboll men istället för boll använder man ett täcke el. dyl. Varje lagmedlem håller upp filten med händerna. Lagen ska vara 4–8 personer/lag. Spelet funkar bäst på en volleybollplan med nät, men reglerna kan fritt ändras så att de passar situationen/området. Spelidén är att kasta en boll till det andra lagets sida (en inringad spelplan) som grupp, bollen kastas alltså med hjälp av täcket (taktiksnack är tillåtet och bollen behöver inte kastas iväg genast). Man får inte röra vid/flytta/kasta bollen för hand, med huvudet eller fötterna (alltid med täcket). Om bollen vidrör marken får motståndarlaget poäng. Motståndarlaget tar emot bollen med täcket och kastar sedan tillbaka den. Om laget inte lyckas fånga bollen med täcket, kastar den till sin egen sida eller ut från motståndarlagets spelområde får motståndarlaget poäng och det blir deras tur att serva. Om bollen går över gränsen efter att först har rört vid mottagarspelarna får det servande laget poäng. Om bollen går rakt över spellinjen får laget som tagit emot serven förstås poäng. Till skillnad från volleyboll byter lagen alltid tur att serva, oavsett vem som tog föregående poäng. Beroende på hur mycket tid man har/hur stor gruppen är kan spelet avslutas vid t.ex. 10 poäng. Funkar både som lära känna-spel och för en grupp som redan är bekant med varandra. Ett bra gruppspel.

Brännboll

Man ritar en cirkel på marken eller lägger ut ett snöre i en cirkel. Spelarna står inuti cirkeln. En står utanför. Spelaren utanför ringen försöker bränna de andra spelarna med bollen. Om bollen rör sig vid någon inuti cirkeln blir den personen en ny brännare. Den av spelarna inne i ringen till sist blir nästa brännare.

Dragkamp

Dragkamp är en rolig tävling både för barn och för vuxna. Två lag bildas i båda ändarna av ett rep och spelarna försöker dra över det andra laget till sin sida.

Färg

En av spelarna är färg och står vid en vägg med ryggen mot de andra. De andra spelarna ställer sig vid startstrecket cirka 20 meter från färgen. Färgen säger till exempel: "Den som har något gult på sina kläder får ta tre småsteg framåt". Färgens order varierar hela tiden och man kan även byta typen av steg (t.ex. jättesteg, tomtesteg). Den som först kan röra vid färgen och ropa sitt namn är nästa färg.

Spegel

En av spelarna är spegeln och står vid en vägg med ryggen mot de andra. De andra spelarna

ställer sig vid startstrecket cirka 20 meter spegeln och försöker röra sig mot spegeln. Spegeln vänder sig nu som då, plötsligt, mot spelarna. Om spegeln ser att någon rör på sig måste den spelaren gå tillbaka till startstrecket. Den som först hinner röra vid spegeln och ropa sitt namn är nästa spegel.

Burken

Den här leken kräver många spelare. Det är bra att definiera spelområdets gränser. En av spelarna är letaren. Bollen placeras mitt på gräsmattan och någon av spelarna sparkar den så långt som möjligt. Sökaren hämtar bollen och de andra går och gömmer sig. När sökaren har satt bollen tillbaka på sin plats ropar han/hon "Burken hemma!" och börjar leta efter de andra spelarna. Alltid när sökaren ser någon rusar han/hon fram till bollen och ropar t.ex. "Minna i burken!" De andra spelarna kan försöka rädda den som blivit fångad genom att rusa fram till bollen utan att sökaren ser dem och sparkar i väg bollen på nytt. Då blir alla som åkt fast fria och sökaren tvingas börja söka på nytt. När sökaren har hittat alla blir den som först blev hittad nästa sökare.

Prinsessan och draken

Gruppen står parvis och paren står i kö i en ring. Paren som står på plats är skydd dit prinsessan kan springa. En är draken som jagar prinsessan och vrålar högt, en är prinsessan som gallskrikande springer från draken. När prinsessan vill nå skydd ställer hon sig framför något av paren i ringen. Den sista i paret blir då drake och börjar jaga prinsessan och den som tidigare var drake har blivit prinsessan som springer sin väg. Om draken fångar prinsessan byter de roller, prinsessan blir drake och draken prinsessa och leken fortsätter.

Stjäla kottar

Det behövs en cirka 50 m långt, lämpligt tävlingsområde i terrängen där spelarna kan springa utan att det sker olyckor. Ledaren utser två lag som är lika stora och lika duktiga på att springa. Varje lag får ett bo i olika delar av tävlingsområdet, lagen placerar t.ex. 25 kottar i sitt bo. Under tävlingen (t.ex. fyra minuter) försöker alla tävlanden i laget hämta så många kottar från motståndarlagets bo som möjligt. Man får endast hämta en kotte åt gången, om man har flera blir man avstängd från tävlingen. När tiden är ute räknar man kottarna. Den tid det star att räkna kottarna och utse vinnaren är en tid för återhämtning – innan nästa omgång. Spelet kan varieras, med bl.a. ett mittsteck efter vilket laget får fånga en motståndare som måste återvända till sin sida.

Kom även ihåg de här bra gruppspelen:

Fotboll

Volleyboll

Kull

7 Respons

Efter olika slags övningar, uppgifter och andra speciella lektioner är det bra att få respons. Med hjälp av responsen kan man se hur grubbildningen har lyckats och hur övningarna har passat klassen.

Känslostreck

Känslostrecket kan användas under gruppens olika faser. I början av gruppen kan det användas för att behandla de känslor och förväntningar som gruppen medför.

Ledaren presenterar ett fiktiv streck med ändar och en mitt. I ena ändan är känslorna mycket positiva (10 på en skala från 1 till 10). "Härligt att jag fick bli en del av den här gruppen!". I mitten (nr. 5) är känslorna neutrala: "Helt okej att vara här". Andra ändan av strecket (nr. 1) representerar negativa känslor: "Mina tidigare grupperfarenheter har varit mycket dåliga".

Varje medlem i gruppen ställer sig på den punkt på strecket som motsvarar känslorna just nu. Ledaren frågar i tur och ordning alla deltagare om vad de tycker om gruppens resultat. Övningen är ett bra sätt att ta reda på känslorna vid en specifik tidpunkt, till exempel i början av en gemensam stund. Övningen kan också användas som respons eller ett sätt att bearbeta någon övning. Samma streck kan även upprepas efter övningen.

Solrosen

Alla får ett papper med en solros. Alla skriver sitt namn i mitten och skickar sedan runt blommorna. Det finns lika många kronblad som det finns studerande i klassen. Alla skriver en positiv egenskap som blommans ägare har i ett av kronbladen.