Befria min kompis

Det här är en samarbetsövning där barnen övar på att hjälpa sina kompisar, samarbeta, och öva sig i koncentration och uppmärksamhet.

15 min För barnen

Instruktioner

Syfte

- Träna på att hjälpa varandra.

Material och förberedelser

Ärtpåsar eller annat föremål som alla barn kan ha på huvudet.

Gör så här

1. Ge varje barn en ärtpåse, eller till exempel en vante som de kan lägga på huvudet.
2. Ledaren bestämmer vad barnen ska göra, så som att gå, hoppa, springa, krypa eller gå omkring baklänges i rummet.
3. Den som tappar sin ärtpåse blir förstenad och en kompis, som fortfarande har sin ärtpåse på huvudet, måste befria den förstenade genom att plocka upp ärtpåsen från golvet och lägga tillbaka den på kompisens huvud. Nu är hen med i leken igen. Alla får hjälpa alla. Målet är att så många som möjligt ska vara i rörelse, leka och ha kul.

Tips!

Vill ni variera övningen kan ni låta barnen ha ärtpåsen på andra kroppsdelar, som till exempel axeln, foten, magen eller i handen.

Att prata om efteråt

- Vad gjorde ni när ni såg någon som behövde hjälp och stod ensam?
- Vilka sätt finns det att hjälpa sina kompisar i verkligheten?
- Hur kan vi se till att alla barn kan leka och ha kul?

Vad tyckte du om övningen?

Skanna QR-koden & lämna gärna en kommentar.