Ja- och nej-leken

Barnen får pröva olika sätt att bemöta andra barn. Utifrån anvisningar ska de reagera på olika förslag, och reflektera över hur de själva kan sprida positiv och negativ stämning omkring sig.

15 min För barnen

Instruktioner

Syfte

- Barnen får träna på att ta ställning i olika situationer.
- Stärka gemenskapen i gruppen.

Gör så här

1. Berätta för barnen att de ska få pröva olika sätt att möta andra. Gör övningen i två omgångar. Första gången reagerar alla negativt på olika förslag, andra gången positivt. Alla står fritt i rummet. Du som leder övningen ger en uppmaning, till exempel: ”Alla hoppar som grodor!” Då svarar alla ”nej!” och gör ingenting.
   Fortsätt med några fler uppmaningar som till exempel:
   – Alla springer till dörren!
   – Alla snurrar runt!
   – Alla joddlar!
   Barnen fortsätter att svara nej.
2. I omgång två kommer du som ledare med nya förslag, men nu ropar alla ”ja!” och utför handlingen. Alla i gruppen ska vara positiva och utföra handlingen med glädje. Börja med att ge några förslag. Om barnen vill kan de ge fler förslag.

Prata om

Prata med barnen efteråt om hur det kändes och hur de kan sprida en god stämning i olika grupper. Fråga också hur det kändes att säga nej till något de ville göra, och ja till något de inte ville göra. Finns det andra situationer då det är så? Hur kan vi göra för att alla ska kunna, våga, eller vilja följa sina känslor?

Vad tyckte du om övningen?

Skanna QR-koden & lämna gärna en kommentar.