KREDSEN

MÅLSÆTNING

Eleverne træner sammenhold i et fællesskab. De øver koordinering, samarbejde og opmærksomhed i en gruppe.

ANTAL DELTAGERE

Fra 8.

VARIGHED OG FORUDSÆTNINGER

Fra 5 minutter.

Gulvplads så alle kan stå i en cirkel og se hinanden.

INSTRUKTION

Bed eleverne om at tage hinanden i hænderne og danne en kreds. En elev A skal melde sig til at prøve at være udenfor kredsen. Gruppen udpeger en person B, som A skal forsøge at røre og på den måde fange. Navn på B siges højt, så alle ved, hvem det er. Fortæl eleverne i kredsen, at de skal samarbejde om at undgå at B fanges. De må flytte sig og bevæge sig i rummet, men de må ikke slippe hinandens hænder. A må prøve alt lige fra at løbe rundt og forsøge at trænge ind mellem ben og arme. Når B er fanget kan to nye elever vælges.

Vigtigt: Øvelsen kan, alt efter deltagernes temperament og fysik, blive voldsom. Det er derfor vigtigt at understrege, at øvelsen også handler om at passe på hinanden i et fællesskab, så ingen kommer til skade.

OPSAMLING

Tal med eleverne om den styrke og tryghed, man kan opnå i en gruppe, der holder sammen og hjælper hinanden. Spørg om de kender til, at gruppesammenhold kan være både positivt og negativt. Vær opmærksom på de elever, der var uden for kredsen og spørg til deres oplevelse. Forskellige følelsesmæssige oplevelser kan have været i spil under forsøget på at komme ind i et fællesskab.

SPØRGSMÅL TIL OPSAMLING

* Hvordan var energien i kredsen, og hjalp I hinanden?
* Hvordan var det at stå udenfor? Tændte det fighterånd? Var det sjovt? Eller ensomt, som i ”mig mod de andre”
* Kender I situationer, hvor det er vigtigt, at man holder sammen og hjælper hinanden? F.eks. når man er på hold sammen eller er faret vild.
* Er der situationer, hvor et stærkt sammenhold i en gruppe er problematisk? F.eks. lukkede kliker på en skole eller bander.