

# Fagøkt om lek

For ansatte i barneskole 1.- 7. trinn og SFO



## Program 45 min

1. Innledning: Bakgrunn og målsettinger
2. Pusteøvelse (2 min)
3. Se videoforedrag (12 min)
4. Refleksjonsøvelser i grupper (13min)
5. Vi leker og refleksjonsspørsmål (13 min)
6. Vi oppsummerer sammen i ringen (5 min)
7. Avslutning

## Materiell

- Ballonger
- Utstyr til å vise filmforedrag fra nett (projektor/skjermskaper/høyttaler/lydkabel)
- Gulelapper og penner
- Plass til å sitte i grupper og i ring
- Et stort kosedyr/pute/badeball

## Innholdsbeskrivelse

Denne fagøkten skal handle om hvordan vi kan øve elevenes sosiale – og emosjonelle kompetanse gjennom lek. Hver samling i Robuste Barn inneholder strukturert samarbeidslek i tråd med samarbeidslæring. Å utløse lekenhet fungerer som «icebreaker» som bryter den naturlige reservasjonen og hjelper elevene til å bli bedre kjent. Vi varmer opp fellesskapet slik at vi tør mer sammen. Leken gjør at elevene får mer fellesskapsfølelse. Uten at elevene tenker over det, øver de også prososiale ferdigheter som å gi og ta, respektere grenser, inkludere, takle ulike utfall, ta den andres perspektiv, regulere følelser og dele opplevelser med andre i klassen. Når alle leker med alle, og alle får hjelp til å delta og mestre leken, fører det til mer inkludering og sosial støtte i hverdagen.

## Læringsmål

### Etter økta:

1. Kan jeg mer om lekens funksjon i sosial – emosjonell læring
2. Er jeg tryggere på leke mer med elevene.

## Innledning

Velkommen. Hva skal vi gjøre nå og hvorfor? Kort gjennomgang av målsetting og tidsramme for økten v/prosessleder.

## Pusteøvelse (2 min)

[Pusteøvelse - Trampe i gulvet](#)

## Se videoforedrag: Lek (12 min)

[Fagøkt: Lek](#)

## Refleksjonsøvelser i grupper (13 min)

Den som leder økten, deler personalet i grupper på fire.

### Fordel roller i gruppen:

1. Den yngste i gruppen leser oppgavene høyt og er talsperson.
2. Den eldste i gruppen er ordstyrer og passer på at alle får ordet etter tur.

### Oppgave 1: Et lekeminne (8 min)

Målet med denne oppgaven er å bli bevisst egne erfaringer. Prøv å gjenkalle en gøy lekeopplevelse fra da du var liten. Hva gjorde denne lekeopplevelsen ekstra gøy og spennende? Hva skjedde når du prøvde å gjenskape leken? Hva tror du er grunnen til at du husker akkurat denne lekeopplevelsen så godt?

1. Individuelt, 2 minutter: Skriv ned noen stikkord på en lapp
2. Par, 2 minutter: Del dine stikkord med skulderpartner.
3. Gruppe, 4 minutter: Hvem vil dele sin lekeopplevelse med gruppen?

### Oppgave 2: Frilek eller lekpreget aktivitet? (5 min)

Vi kan si at vi leker i timene, men så er det ikke rom for elevene å styre leken selv. Er det da lek? Lek kan deles inn i fire ulike kategorier. Hvilken kategori kan du tenke deg å gjøre mer av, og hvorfor? Ta en runde rundt bordet.

1. Lek/Frilek (elevstyrt)
2. Veiledet lek/rammelek (en voksen sier at de skal leke butikk i mattetimen, men elevene styrer selv hvordan leken skal være)
3. Død-mus-pedagogikk/nysgjerrigpermetoden (en elev ser en ukjent fugl ute i skolegården og læreren tar temaet videre i undervisningen hvor de sammen utforsker og søker informasjon om hva slags fugl det er)
4. Aktiviteten er lærerinitiert og lærerstyrt: Lekpreget aktiviteter

**Kilde:** Selås, M. & Skattør, T. H. (2023). *Eigarskap og styring av leiken*. I M. Selås & T. H. Skattør (red.), *Leik i norskfaget* (s. 37-51). Fagbokforlaget.

## Vi leker og refleksjonsspørsmål (13 min)

**Introduksjon til lek:** Vi trenger å øve for å bli gode lekeledere. Det er vanskelig å lese seg til en lek; den beste måten er å gjøre lekene i praksis. Vi trenger å føle lekene på kroppen for å forstå dem. Vi skal nå leke flere leker, etterfulgt av en refleksjonsrunde mellom hver lek. Ordstyrer sender ordet rundt og passer på at alle får ordet etter tur.

### Lek: Ballonglek (4 min)

Variant 1: Kast opp 4-5 ballonger i luften. Hele personalgruppen skal samarbeide om å holde ballongene oppe i luften slik at de ikke treffer bakken. Det er bare lov å slå én gang om gangen. Sammen må vi sørge for at ballongene flytter seg rundt i hele gruppen og at alle får slått ballongene.

Variant 2: Gå tilbake til gruppene. Hver gruppe får utdelt en ballong. Alle på gruppa holder hverandre i hendene. Ingen må slippe taket, og oppdraget er å holde ballongen i lufta så lenge som mulig ved å bruke skuldre, hode, armer og bein, men ikke hendene. Til slutt er det første gruppe til å bære ballongen til søpla.

### Refleksjonsrunde (2 min):

1. Hva bør du passe på i disse lekene for at alle skal bli inkludert?
2. Hvordan kan lekene utvikle seg til å bli enda morsommere?
3. Hva øver vi i disse lekene?

### Lek: Dirigenten (5 min)

Alle står i en ring med ansiktet innover. En går ut av rommet og skal ha rollen som «detektiv». En annen i gruppa blir pekt ut som dirigent. Dirigenten gjør en bevegelse som alle skal gjøre, helt likt og på samme tid. Detektiven blir hentet inn og skal stå i midten. Dirigenten begynner for eksempel å klappe, og da må alle klappe i samme takt. Så endrer dirigenten bevegelse, nå skal alle slå seg på knærne, eller vinke, hinke, snurre, hoppe sov. Klarer detektiven å finne ut hvem som er dirigenten? Dirigenten endrer hele tiden hva de andre skal gjøre, men prøver å gjøre det diskret og forsiktig, så ikke detektiven oppdager det.

### Refleksjonsrunde (2 min):

1. Hvordan skjer improvisasjon i denne leken?
2. Hva skapes?
3. Hva øver vi i denne leken?

## Vi oppsummerer sammen i ringen (5 min)

Vi sitter i ring og sender en pute el. rundt i ringen.

### Spørsmål til runden:

1. Hva likte du i dag?
2. Hva lærte du?
3. Hva vil jeg øve mer på etter denne samlingen? Alle skriver ned egne læringsmål for seg selv

## Avslutning

Til alle: Takk for innsatsen i dag!