

**AKTIVITET**

- Tillidsøvelser hvor eleverne støtter, løfter og transporterer en elev som en træstamme

Lokalitet: Græsplæne eller en sandstrand

Tid: 10 - 45 minutter (Alt efter om samtlige øvelser gennemføres)

Antal elever: 8 - 25 lærer/pædagog

LÆRINGSMÅL**Eleverne:**

- udviser tillid til de andre elever
- kan bære andre elever ved at hjælpe hinanden
- kan udføre aktiviteten ved at gå langsomt frem
- kan udføre aktiviteten med stor seriøsitet og koncentration
- ved, at personlige grænser er meget forskellige fra individ til individ
- ved, at gruppen gennem tillid og ansvarlighed kan bidrage til at flytte den enkeltes grænser
- ved, hvornår andre har brug for støtte

SIKKERHED

- Begynd hver ny aktivitet stille og roligt
- Når der skal gribes, løftes eller støttes, er det vigtigt, at det gøres på kroppen (torso) frem for ansigtet, arme og hænder
- Lav ikke sjov med den elev, der agerer "træstamme"

FORBEREDELSE

Udstyr og materialer

- Et øjenbind pr. gruppe

Organisering

- Grupper på 8 – 10 elever

FREMGANGSMÅDE

Øvelse 1

1. Alle i gruppen står tæt i en cirkel, mens én elev i midten agerer træstamme og lader sig falde ud mod kredsen
2. Eleverne i cirklen går sammen om at tage imod og rejse træstammen til lodret (det er vigtigt ikke at skubbe over til anden side)
3. I cirklen holder de øje med, at træstammens fødder ikke flytter sig (indikerer om der er tillid)
4. Træstammen lukker øjnene eller tager bind for øjnene
5. I takt med synlig tillid kan kredsens omkreds øges gradvis

Øvelse 2

1. En elev er "træstammen" og ligger på jorden med lukkede øjne. Mindst fire elever står langs hver side, og en elev støtter hovedet
2. "Træstammen" løftes op til skulderhøjde
3. Eleverne flytter sig forsigtigt med træstammen til en ny position
4. Træstammen lægges forsigtigt ned

EVALUERING

Eleverne diskuterer i grupper:

- Eksempler på hvad der skaber tillid til andre
- Eksempler på hvad der gør, at man mister tilliden til andre
- Hvordan det er at modtage hjælp fra andre
- Andre situationer hvor man er afhængige af hinanden
- Om øvelserne har øget troen på dem selv
- Hvorfor mon nogen "melder fra"

TEGN PÅ LÆRING

Eleverne:

- skaber tillid til hinanden
- tager ansvar for hinanden
- reflekterer over egne handlinger
- giver eksempler på, hvornår der skabes tillid og hvornår der mistes tillid
- har forståelse for, at nogle "melder fra"

