

PARTIO
scout



FINLANDS SVENSKA
SCOUTER r.f.



AKTIVITETSKORT

De här övningarna är valda för att stöda dig som scoutledare i att främja en positiv anda i din grupp. För varje åldersgrupp finns fyra övningar som passar för olika situationer. Varje övning har en kort beskrivning av målsättningen. Tanken med övningarna är att de ska vara nyttiga och lättillgängliga. Ni kan också använda övningarna över åldersgruppsgränserna – tänk då på att tillämpa aktiviteten så att övningen exempelvis inte blir för utmanande.



*Källor: Folkhälsans lekdatasas samt Chilla Ute-materialet, Scoutprogrammet, Självlkart!
Det handlar om rättigheter-materialet av rädda barnen, MLL - koulurauha-aineisto,
Scouterna i Sveriges aktivitetsdatabas.*

*Materialet har sammanställts av Sandra Hildén, Tove Hagström, Gunilla Edelman,
Sabina Fortelius, Malin Lindholm*



Jag diskuterar mobbning tillsammans med min flock och jag hittar på ett sätt att få slut på det

MÅLSÄTTNING: Vargungen lär sig upptäcka vad mobbning är och vet att det är fel. Vargungen lär sig metoder, med vilka hen kan hjälpa den som blir mobbad.

BESKRIVNING: Prata om situationer då något barn mobbats. Låt vargungarna berätta om sina egna erfarenheter. Förbered små skådespel med temat mobbning. Ge vargungarna olika roller och situationer. Grunna på olika lösningar och sätt att hjälpa den som blir mobbad. Fundera på hur det känns att vara den som mobbar och den som blir mobbad. Prata noggrant igenom uppgiften och de situationer ni fantiserat ihop. Uppmuntra vargungarna att berätta om eventuella mobbningsituationer.

Källa: Scoutprogrammet: spåret Starkare tillsammans



Båten i hamn

MÅLSÄTTNING: Utvecklar vargungarnas samsarbetsförmåga, stärker tillit och gruppanda.

BESKRIVNING: Alla utom två personer sprider ut sig i rummet och står stilla (livbojar). De andra två ställer sig på varsin sida av rummet. Den ena (båten) får ögonbindel. Båtens uppgift är att ta sig över havet med livbojar till sin vän (hamnen) utan att vidröra livbojarna. Så fort båten närmar sig en livboj ger den ifrån sig ett ljud (pip, pip) för att båten ska kunna gå en annan väg. Hamnen får också ge ifrån sig ljud så att båten vet var målet är.

Källa: Folkhälsans lektabas



Ärtpåse på huvudet

MÅLSÄTTNING: stärker vargungarnas samarbetsförmåga, skapar gruppanda.

BESKRIVNING: Barnen delas in i grupper. Alla får en ärtpåse att lägga på huvudet. Grupperna ska sedan ställa sig i formation: t.ex. en cirkel, en rad, i flygplansformation (händerna på varandras axlar, en längst fram, två i bredd bakom den främste, fyra bakom dessa två och så vidare), varannan framlänges, varannan baklänges, några blundar. Grupperna ska sedan försöka ta sig fram genom en viss bana eller terräng utan att gruppens formation bryts eller någon tappar sin ärtpåse.

Källa: Självklart!



Hela havet stormar med olika förutsättningar

MÅLSÄTTNING: Skapar diskussion om jämlikhet och rättvisa i varungegruppen.

BESKRIVNING: Sätt ut stolar i två rader med ryggstöden mot varandra. Det ska vara en stol mindre än antalet deltagare. Ytterligare en stol står en bit bort från de övriga. Dela barnen i grupper genom att ge dem en siffra: 1,2 eller 3. Berätta att alla ska gå runt stolarna med händerna på sin rygg så länge musiken är på. Alla tvåor ska ta en extra sväng runt stolen som står en bit bort. Sätt på musiken och säg till alla att börja gå runt stolarna. När musiken tystnar ska alla försöka få en stol att sitta på. Den udda stolen som står en bit bort får man inte sätta sig på. Stoppa leken efter ett tag (man behöver inte hålla på tills bara en återstår) och diskutera:

Vad hände i övningen?

- Hur kändes det för tvåorna att behöva gå extra lång väg?
- Hur kändes det att åka ut då grupperna hade så olika förutsättningar?
- Hur kändes det för ettor och treor när förutsättningarna var olika?
- Finns det situationer i verkligheten som liknar denna? Vilka är det som får bättre/sämre förutsättningar i skolan och samhället?
- Har barnen några idéer om hur man skulle kunna minska skillnaderna i de situationer de kommer på? Lyssna på idéerna. Be gärna barnen utveckla och motivera sina tankar, men ifrågasätt dem inte! Problemlösning måste få vara kreativt.

Källa: Självklart!

Stå på dig!

MÅLSÄTTNING: Äventyrsscouterna lär sig att stå emot mobbning.

BESKRIVNING: Äventyrsscouten lär sig att känna igen olika former av mobbning. Äventyrsscouten bekantar sig med olika sätt att lösa mobbningssituationer och uppmuntras att stå på den mobbades sida.

- Fundera tillsammans på mobbning, vad det är, hur det går att hindra och hur man ska handskas med det.
- Anvisa patrullerna att göra en teater om mobbningssituationer. Hitta på två lösningar till varje situation. Man kan också ge skådespelarna i uppgift att hitta på två olika slut till situationen. Det är bra om man använder sig av möjliga situationer ur äventyrsscouternas liv. Alla skådespel spelas upp och till slut diskuterar man tillsammans. Kaptenen kan t.ex. fråga vem som var mobbare och vem som blev mobbad i situationen. Var det rätt eller fel att göra som man gjorde i situationen? I diskussionerna hittar man kanske inte alltid några slutliga svar. Det gör ingenting. Det viktiga är att man pratar om mobbning och att ämnet lyfts upp.
- Satsa på att skapa en bra laganda i äventyrsscoutlaget under det första halvåret. När ni gör upp reglerna under välkommenskedet kommer säkert ämnet mobbning upp. Efter att ni behandlat ämnet t.ex. genom skådespel, kan man påminna äventyrsscouterna om reglerna som gäller mobbning som ni gjorde upp i början. Du kan också ge verkliga exempel på saker som hänt inom scoutingen. Vid tapton kan man också prata om att fungera tillsammans att be om förlåtelse och ge förlåtelse, att respektera andra och tjäna andra. Diskutera allas självbestämmanderätt och allas rätt att vara sig själv. Ni kan också fundera på hur viktigt det är att hålla hemligheter och förtroenden.
- Hjälpfrågor: Hur uppfattas "vårt lag"? Vem är då andra? Hur definierar vi oss själva, och vilka andra ryms med? Varför mobbas människor? Vad gör man när man fryser ut någon och vad kan ligga bakom? Du kan få tips från t.ex. www.vimobbarint.nu.

Källa: Scoutprogrammet: Norr: Stå på dej



Stolrace

MÅLSÄTTNING: Äventyrsscouterna stärker sin samarbetsförmåga och gruppanda.

BESKRIVNING: Deltagarna ska färdas en viss sträcka, t.ex. tvärs över rummet, med hjälp av ett antal stolar utan att vidröra marken. Exempelvis kan ett lag med fem deltagare ha tre stolar till sin hjälp. De måste då trängas ihop på två stolar så att de kan skicka fram den tredje stolen.

Beroende på hur stor grupp man har kan man göra det med hela gruppen, eller dela in dem i lag. Om gruppen delas in i lag kan man snart komma att märka att det blir ett race om vem som kommer först även om man i instruktionen inte säger att det gäller att ta sig fram först. Då kan man, om man vill, premiера dem som kommer sist med något.

Källa: Folkhälsans lekdatabas



Knuten

MÅLSÄTTNING: Äventyrsscouterna förbättrar sin samarbetsförmåga och övar att lyssna på andra.

BESKRIVNING: Alla deltagare står i en ring och blundar och sträcker ut armarna och går inåt. Sedan fattar de tag i två händer. När alla fattat tag om två händer öppnar man ögonen. Nu gäller det att trassla ut knuten utan att släppa taget om varandra.

Källa: Folkhälsans lekdatabas



Alla har olika förutsättningar

MÅLSÄTTNING: Äventyrsscouterna får en förståelse för att alla har olika förutsättningar trots att alla är lika.

BESKRIVNING:

Dela upp scouterna så att en grupp är $1/3$ och den andra $2/3$ av hela gruppen. Den grupp som är $1/3$ är de som kommer representera de rika i världen och den grupp som är $2/3$ representerar de fattiga. Tala inte om för scouterna att ena gruppen är fattig och den andra rik.

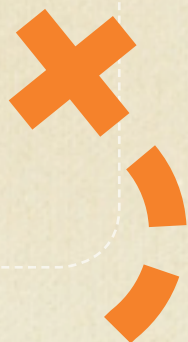
Uppgiften är att göra pappersfigurer. På ett papper finns tre figurer. En kvadrat, en stjärna och en cirkel. Scouternas uppdrag är att få ut figurerna från pappret, men de har olika förutsättningar för att göra detta. De som är rika får en sax medan de fattiga bara får själva pappret. Detta gör att de rika kommer bli klara först. De fattiga kan till exempel riva ut sina figurer, men det är viktigt att figurerna är separerade från pappret efter linjerna som markerar figurerna. Är de fattiga finurliga kommer de på att de kan be att få låna saxen av de rika, och kanske får de det. Viktigt är att man säger till att inget får tas från varandra utan att man frågar och får tillåtelse av den andra gruppen.

Uppgiften visar att alla har olika förutsättningar. Detta visar scouterna att vissa har det lättare än andra. Ett exempel på detta är att vi i Finland har demokrati medan man inte har det i Kina. Vi har helt enkelt olika förutsättningar för att klara av vissa mål. För en del tar det längre tid och det måste man ha respekt för.

Efter övningen bör ni diskutera vad den gick ut på och hur scouterna ser på dessa frågor.

MATERIAL: Saxar och papper med figurer (rita själv).

Källa: Scouterna i Sveriges aktivitetsbank

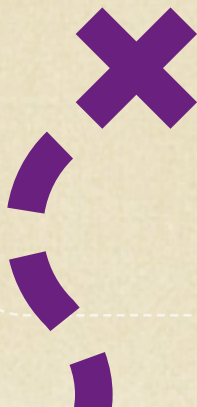


Att tolka känslor

MÅLSÄTTNING: Spejarscouterna lär sig att möta och tolka känslotillstånd hos människor.

BESKRIVNING: Deltagarna ställer sig i en ring så att alla ser varandra. Den första deltagaren tar på sig ett ansiktsuttryck och låter det gå runt i cirkeln. Uttrycket ges åt vem som helst i ringen som man har haft ögonkontakt med. Man får bara ta emot uttrycket om man är säker på att det är menat åt en själv. Deltagaren tar emot uttrycket genom att själv visa det och skickar det sen till följande deltagare med hjälp av ögonkontakt. Man får inte prata utan allt grundar sig på tysta meddelanden. Uttrycket ska finnas i alla deltagares ansikten innan det går tillbaka till den första deltagaren. Efter det skickar en annan deltagare ett nytt uttryck runt i ringen. Under övningen eller efteråt kan man berätta vad uttrycket betydde. Vilka känslotillstånd visas egentligen med ett skrynkligt ansiktsuttryck? Var det lättare eller svårare att skicka runt ett positivt uttryck?

Källa: Kohtaamisia, MLL:n koulurauha-aineisto 2001



Mobbare och mobbade

MÅLSÄTTNING: Spejarscouten lär sig känna igen mobbning.

BESKRIVNING: Patrullen delas in i två delar. Den ena delen är mobbare den andra delen mobbade. Först arbetar alla enskilt. Mobbarna skriver ned så många orsaker de kan komma på varför de mobbar och de mobbade skriver ned orsaker till att de blir mobbade. När alla gjort listorna klara, sammanställer mobbarna och de mobbade det de skrivit på stora pappersark. Listorna jämförs: Vilka likheter finns det mellan dem? Hur skiljer de sig från varandra? Fundera tillsammans på om orsakerna till mobbning är stämmer överens med verkligheten.

Källa: Scoutprogrammet, pausen Mobbare och mobbade



Ny i gruppen

MÅLSÄTTNING: Spejarscouten övar sig att uppmärksamma andra.

BESKRIVNING: Dela in patrullen i två delar. Grupperna ska göra varsitt kort skådespel om hur det är när en eller flera nya kommer till patrullen eller klassen. Den ena gruppen spelar en situation där de gamla patrullmedlemmarna förhåller sig negativt till nykomlingarna. Den andra gruppen visar en situation där de gamla medlemmarna tar emot de nya så bra som möjligt. Diskutera och jämför skådespelen efter att grupperna framfört dem. Försök komma ihåg någon situation där någon erbjudit sin vänskap.

Källa: Scoutprogrammet, pausen Ny i gruppen

Stig upp!

MÅLSÄTTNING: Spejarscouterna förbättrar sin samarbetsförmåga och grupp känsla.

BESKRIVNING: Be scouterna sitta i ring på varsin stol. Fyra personer ska stå upp åt gången. Varje person får inte stå upp längre än 10 sekunder, men får stå upp en kortare tid om hen vill. Scouterna får inte prata under leken. Alla måste hela tiden vara koncentrerade och se till att varken fler eller färre än fyra personer står upp. Det tar vanligtvis lite tid innan deltagarna får grepp om leken, men när det sker så får man en bra rytm där personer hela tiden sätter sig och stiger upp, alla leker tillsammans. Den här leken är väldigt spännande och ger samhörighetskänsla. Efteråt kan man fråga hur scouterna visste när de skulle stiga upp.

Källa: Scoutprogrammet, pausen Upp!



Den magiska pinnen

MÅLSÄTTNING: Spejarscouterna stärker sin samarbetsförmåga och gruppanda.

BESKRIVNING: Deltagarna står i två rader vända mot varandra. Armarna sträcks ut framför dem med båda händernas pekfinger utsträckta. (Överarmarna längs med kroppen, armbågen i 90 graders vinkel, underarmarna och pekfinger pekar rakt mot den som står mittemot.) Ledaren lägger en lång pinne över alla deltagares pekfinger, så att den "vilar" på fingrarna. Allas pekfinger måste hela tiden röra i pinnen. Gruppens uppgift är nu att tillsammans lägga ner pinnen på golvet utan att ett enda finger förlorar kontakten med pinnen.

Eftersom övningen vanligtvis inte lyckas första gången (pinnen kryper ofta allt högre uppåt eller så förlorar deltagarna kontakten med pinnen), måste metoden som gruppen använt sig av modereras.

Uppgiften låter enkel, men den är inte det. Deltagarna måste sänka pinnen samtidigt, annars förlorar någon kontakten med pinnen eller så välter den och då faller den ned. Medan gruppen utför övningen observerar ledaren processen i gruppen och håller koll på vem som tar över kontrollen i gruppen, vem som organiserar situationen osv.

Frågor för den efterföljande diskussionen:

- › Var det lätt eller svårt att lägga ner pinnen?
- › Vari låg svårigheten?
- › Hur lyckades det till slut?
- › Hur kommunicerade ni?
- › Tog någon kommandot?

När gruppen har lyckats kan man höja svårighetsgraden genom att de bara får använda ett finger var, eller klara uppgiften på snabbare tid.

Källa: Folkhälsans lekdatabas



(Det osynliga) Rutfältet

MÅLSÄTTNING: Explorerscouterna stärker sin samarbetsförmåga.

BESKRIVNING:

Använd målartejp och tejp upp ett rutfält på 4 gånger 4 rutor på golvet. En person ska rymmas att stå i varje ruta. Om övningen görs utomhus kan man rita rutfältet i grus eller sand.

Deltagarna ombeds ställa sig på den ena sidan av rutfältet. De får veta att i rutfältet symboliserar varje ruta en siffra mellan 1 och 16. Ruta nr 1 finns bland de fyra rutorna närmast deltagarna och ruta nr 16 finns bland de fyra rutorna på raden längst bort. Gruppens uppgift är att hitta den rätta ordningsföljden genom att en deltagare åt gången går in i rutfältet. Om deltagaren stiger i rätt ruta enligt sifferordningen får hen fortsätta, om hen trampar fel får man stiga ut ur rutfältet och nästa deltagare börjar från början.

I rutfältet får deltagaren röra sig en ruta i taget, endera framåt, bakåt, i sidled, diagonalt framåt eller diagonalt bakåt. När gruppen har klurat ut den rätta ordningsföljden så ska alla gruppmedlemmar, en i taget, gå genom rutfältet.

EFTERSNACK:

- Hur gick övningen, hur kändes den?
- Hur fungerade gruppens samarbete? Kommunikationen?
- Hur känns det att stå vid sidan och hur känns det att vara den som är i rutfältet. Hur känns det att "trampa fel" så att gruppen får börja om.
- Orkade gruppen samarbeta ända till slutet, tills alla medlemmar var genom rutfältet?

Påståenden om mobbning

MÅLSÄTTNING: Explorerscouten säger sin åsikt om olika påståenden gällande mobbning.

BESKRIVNING: Rita en linje på marken eller bestäm att det går en linje exempelvis från vägg till vägg. I ena ändan av linjen är du helt av samma åsikt med påståendet och i andra ändan är du helt av annan åsikt. Deltagarna ska ställa sig på valfritt ställe på linjen enligt det påstående som lästs upp. Påståendena kan diskuteras med hela gruppen, med de som står nära eller så kan patrulledaren be om några åsikter från olika ställen på linjen.

PÅSTÅENDEN: I vår kår/skola mobbas ingen. I vår kår/skola är det okej att vara annorlunda. I en grupp kan man göra sig skyldig till mobbning fastän man inte skulle vilja det. Man kan mobba utan att märka det. Den som mobbas orsakar ofta det själv. Mobbarna har själv problem. Flickor mobbar mindre än pojkar. Det är värre att lämna någon utanför än att kalla hen fula saker. Det är lätt att ta itu med mobbning. Det behövs alltid en vuxen för att reda ut mobbningen. De skyldiga måste bestraffas. Föräldrarna ska få veta om deras barn mobbar eller mobbas.

Källa: Scoutprogrammet



Diskriminering

MÅLSÄTTNING: Övningen väcker diskussion om diskriminering i explorergruppen.

BESKRIVNING: En tredjedel av patrullen går ut. De som är inne får veta att de är gisslan som väntar på att bli befriade. Deras ögon binds för och de får sitta på golvet långt ifrån varandra. En gisslanfånge blir befriad om någon rör vid hens axel. Då får fången ta av sig ögonbindeln och bli en befriare. För befriargruppen berättar man lekens poäng – att ingen blir befriad. Befriargruppen kommer in riktigt tyst men börjar så småningom föra mera ljud så att det verkar som om fångar skulle bli befriade. Till slut konstaterar lekledaren att alla verkar vara befriade. I verkligheten sitter alla fångar där med förbundna ögon och känner sig diskriminerade, utanför och bortglömda. Leken kan väcka starka känslor. Det är viktigt att rollerna läggs bort och det blir klart för alla att ingen blev räddad och att det var fråga om en lek. Leken motsvarar ändå verkligheten. Vem är utanför i vår vardag? Vem lägger ingen märke till? Vem får inte vara med? Känslan av att vara utanför och diskriminerad är bekant för många. Både orättvis behandling bland kompisar och integration av invandrare kan diskuteras.

Källa: Scoutprogrammet

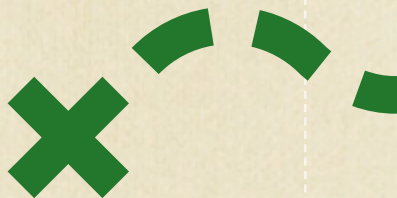


På skämt

MÅLSÄTTNING: Explorerscouterna diskuterar och ifrågasätter diskriminerande beteenden som kan framkomma i vardagen.

BESKRIVNING: Skriv skämt på papperslappar och lägg dem i en hatt eller mössa. Be patrullen sätta sig i en ring. Låt hatten gå runt och be alla i tur och ordning ta en lapp och läsa upp skämtet på lappen så att alla hör. Be de andra ge varje skämt 1-10 poäng. Skriv poängen på en tavla. Diskutera känslorna som aktiviteten väcker och fortsätt med följande frågor: Vilket skämt fick mest poäng? Varför? Vilket skämt hade minst poäng? Varför? Hur känns det om ett skämt riktar sig mot dig eller något du stöder? Hurdant är ett bra skämt? Hurdana skämt kan du inte godkänna? Hur kan sexistiska eller rasistiska skämt skada? Vad gör du om någon berättar en skämt som du tycker är sårande?

Källa: Scoutprogrammet



Matlagning med olika roller

MÅLSÄTTNING: Att träna scouterna att förstå olika roller i en grupp samt att olika människor har olika förutsättningar.

BESKRIVNING: Köp in mat till en middag som är lämplig för gruppen att tillaga. Planera gärna in många olika moment. Ge inget recept utan låt scouterna vara kreativa och lösa utmaningen själva.

Varje scout får en lapp med en rollbeskrivning som de ska hålla för sig själv. Olika roller kan exempelvis vara en sinnesstämning (arg, pessimist, uttråkad, glad, positiv etc.) en egenskap (kreativ, konservativ, sportfåne, tävlingsinriktad, besserwisser, pedagog) eller så kan ni jobba med olika funktionsned-sättningar (blind, döv, stum etc.).

Maten lagas under rollspel för att sedan ätas. Efter middagen är det viktigt att ha en reflektionsrunda där alla får berätta vilken roll de hade samt berätta lite hur det kändes att ha den rollen.

MATERIAL:

Lappar med olika rollbeskrivningar, ingredienser till en lagom måltid, ett kök med utrustning.

Källa: Scouterna i Sveriges aktivitetsbank



Tillsammans

MÅLSÄTTNING: Övningen ger deltagarna möjlighet att vara närvarande i nuet och uppmärksamma det som finns i omgivningen. Övningen främjar samarbete och tillit.

BESKRIVNING: I övningen skall deltagarna förflytta sig parvis i naturen. Under själva övningen är alla tysta. Övningen kan med fördel vara en inledande övning till en längre promenad eller vandring för att uppmuntra deltagarna att använda alla sinnen under vandringen. Här presenteras tre varianter:

MEDVETEN NÄRVARO:

- **Variant A** Promenera tysta bredvid varandra cirka tio minuter. Stanna sedan och berätta för varandra vad ni upplevt under den tysta promenaden.
- **Variant B** Den ena blundar och leds av den andra under cirka fem minuter. När fem minuter har gått berättar den som blundat hurdan terräng de vandrat i och vad hen föreställt sig att de passerat på vägen. Byt roller och upprepa övningen.
- **Variant C** Promenera tysta bredvid varandra. Den ena visar med handen något som hen vill uppmärksamma paret på under vägen. Den andra bekräftar att hen noterar det som paret vill uppmärksamma.

Källa: Folhålsan, Chilla ute



Övningscase för ledare

MÅLSÄTTNING: Scoutledaren är en förebild för scouterna. Det är därför viktigt att fundera på hur vi agerar och vilka signaler vi sänder ut. Denna övning ger möjlighet till reflektion över hur din ledargrupp fungerar.

BESKRIVNING:

Läs upp och diskutera följande problem.

1. Under ett scoutmöte börjar Lars och Peter bråka om vem som hade bollen först. Din ledarkollega tar de båda pojkarna åt sidan och säger åt dem att "de bråkar om småsaker som om de vore småflickor" och att de får skärpa till sig.

Hur reagerar du? Vad gör du?

2. Under ett möte i kåren är diskussionen livlig men du märker att det bara är några få som deltar i samtalet. Speciellt en person ges inte möjlighet att tala trots upprepade försök att få ordet.

Hur gör du om du:

- a) är en av dem som talar mycket?
- b) är den som inte får tala?

3. En flicka kommer fram till en av dina ledarkollegor och berättar med nedstämd röst att hon blivit slagen av Marcus, en av pojkarna på avdelningen. Din kollega svarar: "men lilla vännen, det är bara för att Markus är kär i dig".

Du är ledare – vad gör du?

4. På kårlokalen ligger alltid tidningarna Slitz och Veckorevyn. Alla känner sig inte bekväma med tidningarna men en del har tidningarna som sina favorittidningar och kommenterar dem gärna. Du är ledare och ser tidningarna ligga där – vad gör du?

5. På avdelningsmötena är det alltid Kalle som syns och hörs mest. Han är ofta stökig och får många tillsägelser från ledarna. Anna sitter däremot tyst i ett litet hörn och märks knappt över huvud taget. Vad kan du som ledare göra för att alla barnen ska känna att de blir sedda?

ATT TÄNKA PÅ:

Gör gärna dessa övningar i ert leaderteam och låt var och en svara för de olika frågorna så att alla får säga sin åsikt i ett fall först.

Om ni vill kan ni även göra fallen som små dramaövningar för att få släppa lite på er egen roll och diskutera hur personerna reagerade.

Ytterligare ett tips på case som ni kan titta på är det som tas upp under Trygga möten, där ni har möjlighet att göra den internetbaserade utbildningen samt ta del av kurs materialet.

Källa: Scouterna i Sveriges aktivitetsbank