



15-25 min

STYRKESPOT PÅ FØDDER

Spot styrker på en sjov øvelse. Her skal I blive bedre til at genkende de styrker, der træder frem, når I samarbejder.



Formål

Formålet med denne øvelse er, at eleverne lærer styrkerne bedre at kende ved at lave en samarbejdsøvelse, som de efterfølgende skal spotte styrker på. Øvelsen er et godt redskab til at booste elevernes forståelse af, at mennesker er forskellige, og øvelsen kan hjælpe dem til at se mere nuanceret på hinanden. Denne nuancerede forståelse kan føre til øget rummelighed og trivsel i klassen. Øvelsen skal ses som en del af progressionen i TRIV NU. Eleverne starter altså i denne øvelse med at spotte styrker på det fælles tredje i samarbejdsøvelsen her, før de senere i forløbet skal spotte styrker på fx hinanden.



Øvelsesbeskrivelse

1. Bed eleverne om at stille sig i en cirkel på gulvet.
2. Eleverne må kun have én fod på gulvet pér person. Det vil sige, at der kun må være 10 fødder på gulvet, hvis de er 10 elever.
3. Nu skal eleverne sætte antallet af fødder ned med én, så de fx kun må have ni fødder på gulvet, hvis de er 10 elever. Eleverne skal fortsætte med at fjerne fødder fra gulvet indtil de ikke længere kan klare udfordringen.
4. Eleverne skal nu vælge de styrker, som de så kom til udtryk i øvelsen.
5. Tal sammen om resultatet:
 - Hvilke styrker brugte I til at løse opgaven? (Eleverne nævner typisk; lederskab, samarbejde, selvbeherskelse, menneskelig indsigt, vedholdenhed, tilgivelse, optimisme/håb osv.).
 - Hvorfor var netop de styrker vigtige for, at I lykkedes med opgaven?



Materialer

Styrkekort



Opmærksomhedspunkter

Lad gerne eleverne prøve øvelsen et par gange.

De 24 styrker er et videnskabeligt udgangspunkt, men kan sagtens udbygges med flere positive beskrivende ord. Det er derfor helt i orden, at eleverne finder ord eller styrker som tillæg til de 24 styrker.

Har du elever i klassen, som er særligt sensitive over for tæt kropskontakt, vil de være særligt udfordrede i denne øvelse. Du kan lave en hvilken som helst anden samarbejdsøvelse – se fx 'Cirkeløvelsen' som alternativ her under videoen. 'Cirkeløvelsen' indeholder ikke fysisk kontakt, men indeholder alligevel masser af samarbejde.