

TOOLS , 2020

Lege - energizers og icebreakers

SAMSKABELSE MED BØRN 6 - 100-ÅRIGE



Lege - enegizers og icebreakers
Tools til samskabelse med børn 6-100-årige, 2020

Udgivet af: CoC Playful Minds

www.cocplayfulminds.org

CoC
Playful
Minds

Her er **25** lege.

I samskabelse er tillid og relationer vigtige ingredienser for, at deltagerne tør tage initiativ og bidrage med sine perspektiver. Her kan legen være en rigtig god tilgang.

God fornøjelse!



Indhold

FORORD

INTRODUKTION

LEGE, DER SKABER RELATIONER

Mine sko
Name drop
Sandt eller falsk
Godmorgen
Klods-Hans

LEGE, DER RETTER FOKUS

Co-21
Bang Bang
Zip Zap Zup
Portræt
Find makkeren

LEGE, DER STYRKER FÆLLESSKABET

Co-hop
Sten-saks-papir i hold
Kryds og bolle i hold
På skrump
Knuden

LEGE, DER GIVER FORNYET ENERGI

1-2-3
High Five
Udvikling
Rejs jer op
Ding Dang Dong

LEGE, DER KICKSTARTER KREATIVITETEN

Gaver
Picture story
Copy
Røverhistorie
Modsat

LITTERATUR

Forord

I CoC Playful Minds er vi inspirerede af børn og optagede af en samskabende og legende tilgang. Vi anerkender børn som eksperter i eget liv og ser deres perspektiver som legitim viden med lige gyldighed og lige nødvendighed. Vores definition af samskabelse med børn er:

"Samskabelse med børn er en praksis, en metode, en ideologi, hvor børn og voksne ligeværdigt og risikovilligt skaber noget sammen. I samskabelse er det sagen, der er i centrum, og deltagerne inddrager ligeværdigt deres forskellige perspektiver på den fælles sag og skaber derigennem et fælles ejerskab. Det er de voksne, der har det etiske ansvar for børnenes trivsel og for at skabe den rammesætning, der muliggør ligeværdighed, lige initiativret, aktiv deltagelse og meningsfuld involvering."

Tanggaard & Dilling, 2019

Vi tror også på en legende tilgang til at skabe sammen med børn. En legende tilgang kan betyde at eksperimentere og prøve sig frem, men det kan også betyde at skabe et frirum til netop at lege og gøre noget helt andet, hvor det er muligt at afprøve nye roller, nedbryde hierarkier og grine sammen. Det kan især være nødvendigt i samskabelsesforløb, hvor deltagerne er meget forskellige som f.eks. børn og voksne.

Leg og samskabelse går altså godt sammen. Vi har allerede udgivet en del metoder til samskabelse med børn. Metoderne indgår i samskabelsestrekanten, og kan hentes på vores hjemmeside: <https://www.cocplayfulminds.org/videnlab/toolbox/tools/>

Legehæftet består af 25 lege, der alle fungerer godt i samskabelsesforløb med børn – og i grupper med unge eller udelukkende voksne deltagere. Legene supplerer og udbygger dermed metoderne i toolbox'en.

Legene er beskrevet med udgangspunkt i, at de skal faciliteres, men de fleste lege kan også leges uden facilitering. Vi har inddelt legene i kategorier, der henholdsvis styrker relationer, retter fokus, styrker fællesskabet, giver energi og starter kreativiteten. Vi har sat nogle pejlemærker på hvert legekort, så det er nemmere at navigere i. Mange af legene kan dog flere ting og kan derfor anvendes i flere af kategorierne. Prøv jer frem.

Vi håber, I vil få stor glæde af at lege sammen

CoC Playful Minds

Introduktion

Legene i dette hæfte har et formål: at understøtte samskabelse, især mellem børn og voksne. Legene er altså ikke frie lege, initieret af børn eller andre. De kan dog formes og bruges som inspiration til legende aktiviteter, der skaber fællesskab, giver energi osv.

Leg

Leg er et stort forskningsfelt på tværs af videns- og praksisfelter. Vi forstår leg som indre motiveret og meningsgivende i sig selv, hvor barnet selv eller i samspillet med andre bestemmer legens indhold. Indholdet kan have afsæt i virkeligheden, men ifølge professor emeritus i småbørnspædagogik Stig Broström er det fantasien og forestillingsevnen, der er det styrende (Broström, 2014).

De fleste forskere er enige om, at leg skaber læring (Andersen, 2019; LEGO Foundation, 2018). Leg er en måde for barnet at eksperimentere og udforske sig selv og omgivelserne på. Lektor og forsker i leg og dannelse Lars Geers Hammershøj pointerer, at legen er vigtigt, fordi den er kilde til alle senere former for kreativitet (Hammershøj, 2017).

I legen inddrager de legende forskellige perspektiver, hvor deltagerne skiftes til at bidrage, inspirere og bygge videre på hinandens idéer (Hammershøj, 2017). Her skabes det fælles ejerskab, hvor legens potentialer og mening udfoldes. Det samme sker i samskabelse.

Leg og samskabelse

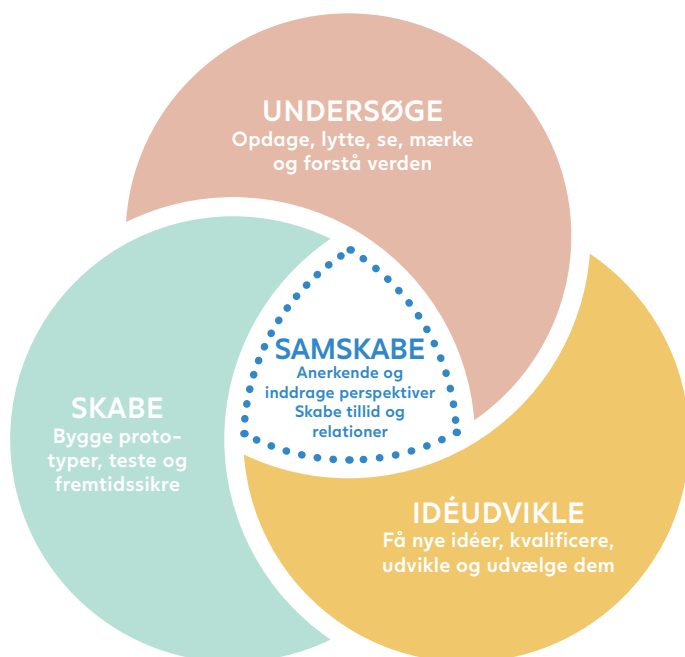
I samskabelse er tillid og relationer vigtig for, at deltagerne tør tage initiativ og bidrage med perspektiver. Her kan legen være god. Ifølge professor i kultur og læring Charlotte Ringsmose udfordrer børn (og voksne) hinanden i legen, som bidrager til at erfare og forstå virkeligheden (Ringsmose, 2015). Gennem legen kan vi lære om og med hinanden.

Legen understøtter således samskabelse, fordi der opbygges relationer mellem mennesker i et fællesskab med plads til at eksperimentere med roller og positioner, hvilket er en præmis for samskabelse (CoC Playful Minds, 2019). I samskabelse er der tre faser: 1) undersøge, 2) idéudvikle og 3) skabe.

Når legen indgår i samskabelse mellem børn og voksne er det nødvendigt med en facilitator, der skaber en rammesætning, der muliggør en ligeværdig og meningsfuld involvering. Alle voksne har dog et etisk ansvar for børnenes trivsel. I samskabelse har facilitering både fokus på intentionen med legen og på deltagerens perspektiver. En tydelig rammesætning er derfor nødvendig for aktiv deltagelse og for at skabe et godt flow i legen. Det kan derfor være en god idé at overveje, hvem der starter legen, og hvordan den fortsætter.

Lege, der skaber relationer

De første fem lege handler om at skabe gode relationer i en gruppe. Det er lege, der sætter fokus på, hvem deltagerne er og deres forventninger til en given sag eller et emne. Legene handler om at skabe relationer og være opmærksomme på hinanden. At lære et andet menneske at kende, se og forstå og anerkende dets perspektiver er med til at nedbryde fordomme, udligne vante eller forestillede hierarkier og skabe mere ligeværd i et rum. I samskabelse med børn er det afgørende at skabe et rum for alle deltagere og deres forskellige perspektiver.



Mine sko

FORMÅL

Formålet med MINE SKO er at skabe gode relationer mellem deltagerne. Legen inviterer til at sætte fokus på, hvem deltagerne er og især deres forventninger til en given sag.

ANVENDELSE

Metoden kan bruges som start på en proces eller dag. Den ryster deltagerne sammen gennem lidt personlig information om hinanden, hvilket er med til at skabe tillid. Metoden lægger op til at tænke kreativt ved at bruge skoen som udgangspunkt for en fortælling.

EKSEMPEL

En gruppe kolleger starter morgenen med MINE SKO. De står i en rundkreds og skiftes til at fortælle om deres forventninger til dagens program med udgangspunkt i de sko, de har på. Én fortæller, at han har det godt i sine sko, og at han glæder sig til at lære noget nyt i godt selskab.

STEP BY STEP

1. Deltagerne står i en mindre rundkreds med 3-14 personer i hver. Hvis der er flere end 14 deltagere, kan der laves flere rundkredse
2. Alle deltagere skal præsentere sig selv ud fra de sko, de har på. Det kan være ud fra skoens form, farve, følelse, materiale eller lignende. Deltagerne skal tænke i metaforer, når de præsenterer sig. F.eks.: "Mine sko er bløde og behagelige, og jeg har det godt i dem"
3. Deltagerne afslutter deres præsentation med at fortælle, hvor de ønsker, at skoene kommer hen. Det kan være forventninger til dagen, forløbet, livet. F.eks.: "Jeg håber, at mine sko tager mig igennem en spændende dag, hvor jeg lærer en hel masse nyt"



SNAK!



3 - 30 pers.



10 - 20 min.



8 - 100 år



Medium



Deltagernes sko

Name drop

FORMÅL

Formålet med NAME DROP er at bryde isen i en gruppe og forsøge at udligne vante eller forestillede hierarkier ved at gøre noget skørt sammen. Den er også med til at etablere tillid.

ANVENDELSE

NAME DROP bruges ofte som start på en proces eller dag, hvor deltagerne skal rystes sammen med et lille grin. Metoden virker både, når deltagerne kender hinandens navne, og når de ikke gør.

EKSEMPEL

En gruppe børn og voksne skal i gang med et projekt sammen. De starter dagen med at lege NAME DROP. De går rundt mellem hinanden, og både børn og voksne glemmer, hvad de hedder, når de bytter navne. De møder hinanden med et smil, når de går rundt og hilser på hinanden.

STEP BY STEP

1. Alle deltagere går rundt mellem hinanden på kryds og tværs
2. Når to deltagere møder hinanden, giver de hånd og siger hver sit navn. Herefter har navnene byttet ejer. Har man f.eks. hilst på Mette, hedder man Mette næste gang, man hilser på en anden
3. Navnene hopper nu rundt mellem hinanden. Det er vigtigt at anerkende alle deltagere ved at få hilst på så mange som muligt
4. Legen kan udvides på mange måder. En måde kan være, at når man møder sit eget navn igen, så må man sætte sig ned. En anden måde er at tilføje en fritidsaktivitet, f.eks.: "Jeg hedder Mette, og jeg spiller badminton." Så hopper både navn og fritidsaktivitet rundt. Det vigtigste i legen er at sætte fokus på fællesskabet. Alle deltagere har lige gyldighed, og man er sammen i legen



5 - 100 pers.



5 - 10 min.



8 - 100 år



Let



Ingen

Sandt eller falsk

FORMÅL

Formålet med SANDT ELLER FALSK er at skabe relationer ved at få lidt personlig information om hinanden.

ANVENDELSE

Metoden bruges, når en gruppe skal lære hinanden bedre at kende eller sætte fokus på hinandens forskelligheder. Den er god som icebreaker og fungerer bedst ved grupper, der kender hinanden lidt i forvejen.

EKSEMPEL

En gruppe starter deres dag med at lege SANDT ELLER FALSK. Deltagerne går sammen i mindre grupper og fortæller to opdigtede og en sand historie om sig selv. De øvrige deltagere sætter deres evner som menneskekendere i spil, og i fællesskab kommer de frem til de sande historier om de andre deltagere.

STEP BY STEP

1. Deltagerne står eller sidder i mindre grupper af fem-seks personer. Ved flere deltagere end seks deles deltagerne op i flere grupper
2. Hver deltager får max to min til at fortælle tre ting om sig selv, hvoraf kun én ting skal være sand. Det kan være en god idé med lidt betænkningstid inden fortællingerne
3. Når en deltager har fortalt sine tre små historier, skal de øvrige deltagere forsøge at gætte, hvilken af historierne der er sand. Det er vigtigt, at deltagerne anerkender de forskellige historier og forsøger at komme frem til en løsning i fællesskab
4. Legen stopper, når alle i gruppen har fortalt sine tre små fortællinger



5 - 30 pers.



20 - 30 min.



8 - 100 år



Medium



Ingen

Godmorgen

FORMÅL

Formålet med GODMORGEN er at få lidt personlig information om hinanden og rette fokus på forskelle og ligheder og derigennem udligne vante eller forestillede hierarkier.

ANVENDELSE

GODMORGEN bruges som start på en proces eller dag, hvor deltagerne skal rystes sammen. Metoden træner evnen til at rette fokus, hvilket kan være godt inden en krævende opgave. Metoden er bedst at bruge om morgenen.

EKSEMPEL

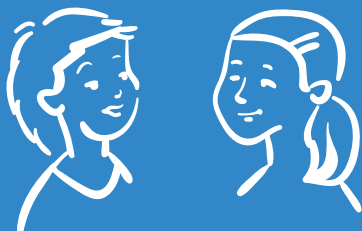
En gruppe arbejder på tværs af fagligheder. De starter deres dag med at lege GODMORGEN. I legen opdager deltagerne nye ting om både sig selv og hinanden, da de finder ud af, at de måske ikke er så forskellige, som de først troede.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går sammen i par og står overfor hinanden. Det kan være en god idé, at deltagerne kigger hinanden i øjnene, da det indikerer fokus og interesse for den anden
2. På skift fortæller deltagerne om deres morgen og frem til nuværende tidspunkt. Det er vigtigt, at deltagerne får rigtig mange detaljer med. Hvordan de vågnede, hvad de fik til morgenmad osv.
3. Bagefter bytter deltagerne roller, og den anden fortæller om sin morgen
4. Legen kan udvides på mange forskellige måder, men den behøver ikke udvide sig. En udvidelse kunne være at bede deltagerne finde tre forskelle og tre ligheder ved deres fortællinger, en anden kunne være at fortælle om sin morgen baglæns



SNAK!



2 - 100 pers.



5 - 10 min.



8 - 100 år



Let



Ingen

Klods-Hans

FORMÅL

Formålet med KLODS-HANS er at lære hinandens navne og komme lidt tættere på hinanden ved at lege og grine sammen.

ANVENDELSE

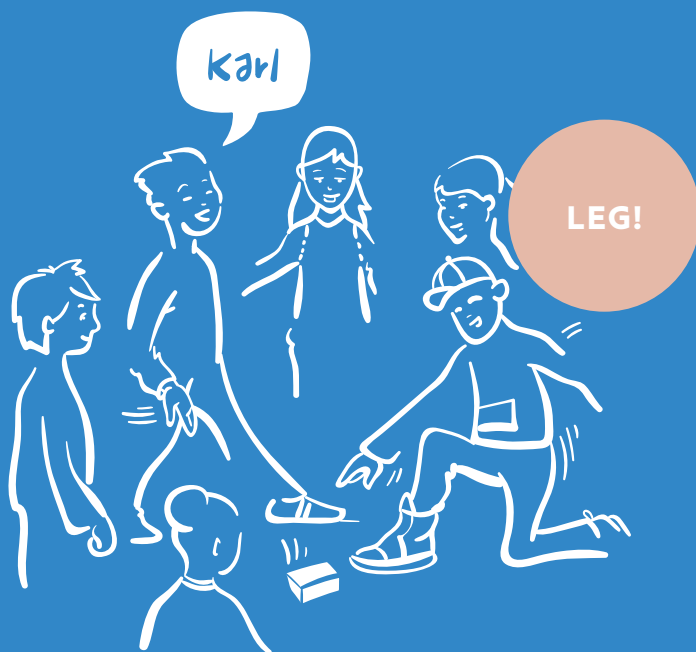
KLODS-HANS bruges som start på en proces eller på en dag, hvor deltagerne skal rystes sammen. Metoden gør, at deltagerne fysisk kommer tættere på hinanden, hvilket kan være med til at skabe tillid i en gruppe deltagere.

EKSEMPEL

En gruppe, der skal i gang med en proces, starter dagen med at lege KLODS-HANS. I legen vælger nogle deltagere at drille hinanden lidt, og andre hjælper nogen, der er i knibe. De afslutter legen i skøre stillinger, mens de griner og er kommet tættere på hinanden.

STEP BY STEP

1. Deltagerne stiller sig i en rundkreds
2. Den første kaster en LEGO-klods ind i cirkelns midte og siger et af de andre deltagers navn
3. Den, hvis navn nævnes, tager et skridt frem med det ene ben, lader det andet ben stå og samler LEGO-klodsens op
4. Klodsens kastes igen, og der siges et nyt navn. Der må hele tiden kun flyttes et ben. Gentag dette så længe, det er muligt



5 - 100 pers.



5 - 10 min.



8 - 100 år



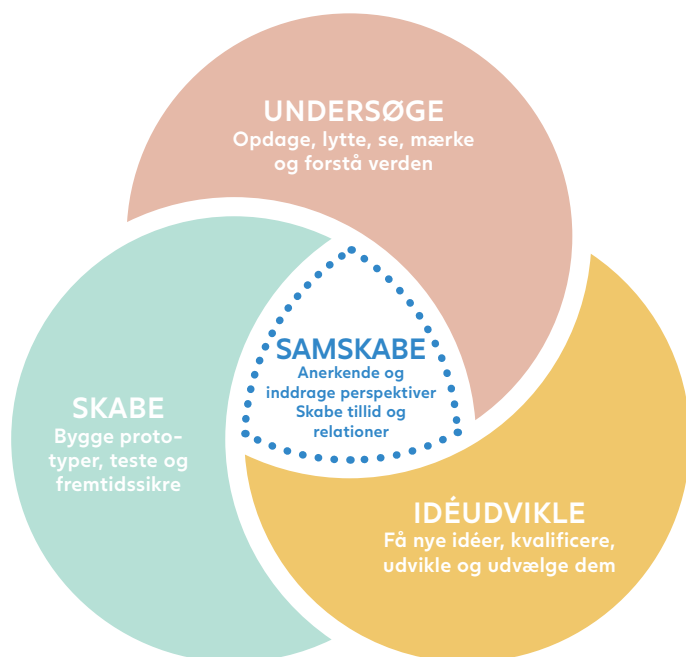
Let



En LEGO-klods

Lege, der retter fokus

Disse fem lege handler om at rette fokus på processen og hinanden samt at være fokuserede og forandingsparate. I grupper er det vigtigt at holde fokus på det, man er sammen om. Fokus er med til at understøtte mening og gør det muligt at bevæge sig i samme retning. Legene er især gode i overgangen mellem to aktiviteter, eller hvis gruppen har svært ved at finde et fælles fokus.





Co-21

FORMÅL

Formålet med CO-21 er at rette fokus på fællesskabet, at blive opmærksom på sig selv som en del af fællesskabet og at acceptere hinanden.

ANVENDELSE

Metoden bruges ofte som en energizer. Deltagerne skal i legen fornemme, se og være opmærksomme på hinanden, og det er vigtigt at acceptere hinanden og de valg, der tages.

EKSEMPEL

En gruppe børn og voksne går fra én opgave til en anden. Gruppen bliver lidt urolige, og de leger derfor CO-21. I legen står deltagerne tæt sammen og er opmærksomme på hinanden og dét, der sker. Deltagerne koncentrerer sig, og de bliver glade, da de endelig mestrer legen.

STEP BY STEP

1. Deltagerne står i en rundkreds
2. På skift skal deltagerne sige et tal og på den måde i fællesskab tælle til 21. Der er ikke en bestemt rækkefølge blandt deltagerne. Deltagerne skal bare træde ind i rundkredsen, når de synes, der er plads til det
3. Der er ingen regler for, hvor mange gange en deltager må sige et tal, men en deltager må kun sige et tal ad gangen. Der er kun én deltager, der må træde ind i rundkredsen ad gangen. Hvis to deltagere træder ind i rundkredsen på samme tid, starter man forfra med at tælle
4. Legen kan udvides med, at deltagerne også siger alfabetet samtidig med, at de tæller til 21. Her bestemmer den enkelte, om vedkommende vil sige et tal eller et bogstav



8 - 30 pers.



5 - 10 min.



10 - 100 år



Medium



Ingen

Bang Bang

FORMÅL

Formålet med BANG BANG er at rette fokus på hinanden, blive opmærksomme på det, der sker samt få ny energi til gruppen ved at gøre noget skørt og grine sammen.

ANVENDELSE

Legen bruges ofte i overgangen mellem to aktiviteter, hvor der er behov for at genvinde fokus på hinanden og processen.

EKSEMPEL

En gruppe deltagere går i gang med en ny opgave, og der opstår lidt tumult. Gruppen leger derfor BANG BANG. Deltagerne koncentrerer sig og er opmærksomme på legen. Flere har svært ved at lege cowboy i starten, men de opdager, at de skal koncentrere sig om legen, for ikke at blive skudt.

STEP BY STEP

1. Deltagerne står i en rundkreds. En af deltagerne er cowboy og står i rundkredsens midte. Cowboyen lader som om hænderne er pistoler, der hænger ned langs siden, og vedkommende kigger rundt på deltagerne i rundkredsen
2. Med ét trækker cowboyen sin pistol og skyder en af de andre deltagere ved at pege på vedkommende. BANG! Den, der bliver skudt, skal nu lynhurtigt dukke sig, inden de to, der står til højre og venstre for vedkommende, vender sig mod hinanden og skyder. Hvis ikke man dukker sig, er man død. Ellers er det den, der skyder mest langsomt af de to andre, der dør
3. Man kan vælge, at den, der dør, går ud af legen, og den, der bukkede sig, kommer ind i midten og er cowboy. Legen kan fortsætte sådan, indtil der kun er to deltagere tilbage, som skal lave en duel. Man kan også vælge, at ingen går ud af legen, så den, der dør, kommer ind i midten og er cowboyen, der skal skyde en af de andre deltagere
4. I duellen står deltagerne med ryggen mod hinanden. De går hver fem skridt frem. Den sidste, der røg ud af legen, skal nu sige en masse tal. Deltagerne må vende sig, når et lige tal nævnes. Den, der skyder først, har vundet

LEG!



7 - 30 pers.



10 - 15 min.



8 - 100 år



Medium



Ingen

Zip Zap Zup

FORMÅL

Formålet med ZIP ZAP ZUP er at skærpe koncentrationen og være opmærksom på dét, der sker ved selv hele tiden at være klar til at modtage og handle.

ANVENDELSE

Legen bruges ofte mellem to aktiviteter, hvor der er behov for at rette fokus og få ny energi i en gruppe.

EKSEMPEL

En gruppe kommer tilbage efter en pause, og det er lidt svært at komme tilbage til processen. Gruppen leger derfor ZIP ZAP ZUP. I legen fokuserer deltagerne på det, der bliver sendt rundt. Det er svært for dem at mestre i starten, men da det lykkes, er der stor succes i gruppen.

STEP BY STEP

1. Deltagerne står i en rundkreds
2. En af deltagerne sender en besked ved at lave et pendulsving med armene mod højre og sige "zip". Personen til højre sender beskeden videre på samme måde. Fortsæt dette indtil alle deltagere har fået og sendt et Zip
3. Der indføres nu et Zap, der er et pendulsving med armene mod venstre. Et Zap får et Zip til at skifte retning fra højre mod venstre
4. Når der er styr på Zip og Zap, indføres et Zup. Et Zup sender beskeden på tværs af rundkredsen og laves ved, at maven skydes frem og armene tilbage, mens man siger "zup". Det er nu den, der blev peget på, der kan sende beskeden videre med et Zip, Zap eller et Zup
5. Fortsæt til I ikke gider mere



7 - 30 pers.



5 - 10 min.



8 - 100 år



Medium



Ingen

Portræt

FORMÅL

Formålet med PORTRÆT er, at deltagerne retter fokus ved at observere hinanden. Legen udvikler et tillidsfuldt rum, hvor deltagerne lærer hinanden bedre at kende.

ANVENDELSE

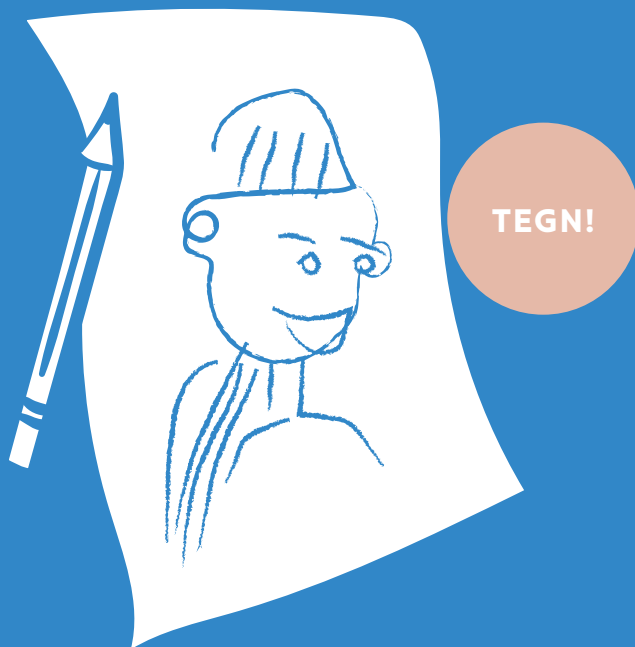
Legen bruges ofte som start på en dag og er især god til lære hinanden at kende samt rette fokus på tid og kreativitet på en sjov måde.

EKSEMPEL

En gruppe deltagere skal i gang med en proces, hvor tiden er en afgørende ramme for programmet. Deltagerne starter dagen med at lege PORTRÆT. I legen bliver deltagerne opmærksomme på hinanden, på hvor langsomt tiden går og undres over, hvor langt man kan nå på 30 sekunder.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går sammen i par og sætter sig overfor hinanden ved et bord. Deltagerne får hver et stykke papir og en blyant
2. Deltagerne skal nu samtidig og på 30 sek. tegne hinanden uden at kigge ned på papiret, mens de tegner
3. Bagefter gives tegningen til den anden som en gave



4 - 30 pers.



2 - 3 min.



8 - 100 år



Medium



Papir og blyant

Find makkeren

FORMÅL

Formålet med FIND MAKKEREN er at rette fokus og samarbejde. Legen skærper koncentrationen og sætter fokus på at huske og finde mønstre.

ANVENDELSE

Metoden bruges ofte som energizer mellem to aktiviteter, hvor deltagerne har brug for, at der sker noget andet. Metoden minder om spillet vendespil og er god til børn.

EKSEMPEL

En gruppe leger FIND MAKKEREN. I legen er deltagerne opmærksomme på hinanden og på at finde de forskellige mønstre og sætte dem rigtigt sammen. Det kræver en del koncentration at huske alle deltagernes lyde og få dem sat sammen, hvilket gør legen sjov.

STEP BY STEP

1. Deltagerne vælger to personer, der skal starte med at forlade rummet
2. Herefter går deltagerne sammen i par og vælger en fælles lyd eller bevægelse, der er ens for dem begge. Herefter stiller parret sig væk fra hinanden. Når alle par har fundet en lyd eller bevægelse, kaldes de to fraværende deltagere ind
3. Opgaven er nu, at de to deltagere skal samarbejde om at samle parrerne igen eller så mange par som muligt, eventuelt på tid. Deltagerne beder en deltager om at sige sin lyd/vise sin bevægelse og derefter en anden. Passer de to ikke sammen, må deltageren prøve igen ved at vælge to andre deltagere, der skal vise deres lyd eller bevægelse. Man må ikke vælge den samme deltager to gange i træk
4. Legen fortsættes til alle par er fundet og sat sammen, eller til tiden er gået



6 – 24 pers.



10 – 15 min.



6 – 100 år



Medium

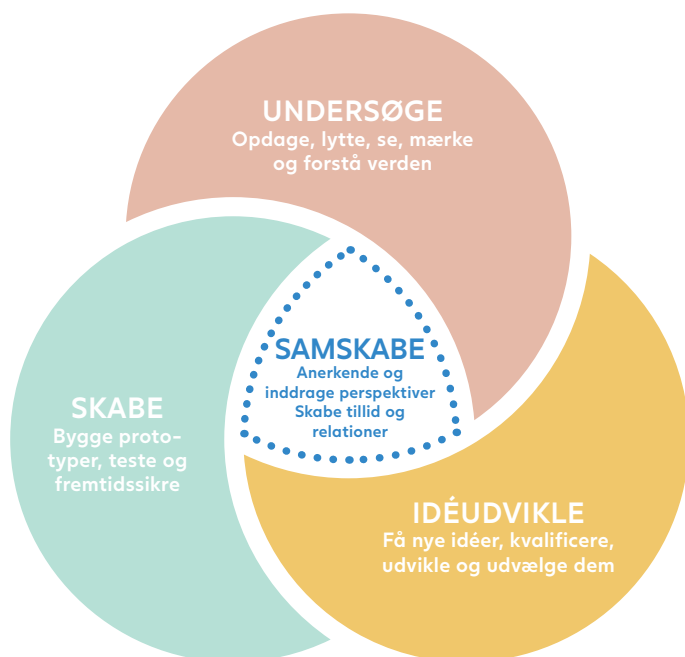


Ingen

Lege, der styrker fællesskabet

De næste fem lege styrker fællesskabet i gruppen. Her fokuserer flere af legene på at skabe et fælles tillidsfuldt rum, hvor anerkendelse og accept er nøgleord. Legene retter opmærksomhed på, hvordan deltagerne er gensidigt afhængige af hinanden i fællesskabet.

Det er altid en god idé at styrke og arbejde med at skabe gode solidariske fællesskaber. I gode fællesskaber har deltagerne respekt for hinanden, hvilket skaber tillid og tryghed i gruppen, som er afgørende for, om deltagerne tør deltage, tage initiativ og vove noget af sig selv i processen.





Co-hop

FORMÅL

Formålet med CO-HOP er at rette opmærksomhed på fællesskabet og på den gensidige afhængighed man har af hinanden i et fællesskab.

ANVENDELSE

CO-HOP bruges når en gruppe skal rystes sammen, og man skal føle sig som en del af et fællesskab. Den er også god som energizer og til at rette fokus.

EKSEMPEL

En gruppe er i gang med et fælles projekt, der kræver, at de arbejder sammen. Deltagerne vælger at lege CO-HOP og stiller sig derfor tæt sammen i en rundkreds. I legen står deltagerne helt stille, og de har rettet deres opmærksomhed mod hinanden som gruppe. Deltagerne mærker godt efter og når alle er klar, laves der et fælles hop. Der må prøves nogle gange, før deltagerne hopper samtidig.

STEP BY STEP

1. Deltagerne står tæt sammen. Hvis der er mange deltagere, kan de stå i mindre rundkredse
2. Deltagerne skal nu, uden at kommunikere med hinanden, forsøge at hoppe på samme tid
3. Hvis der er flere små grupper, kan det virke godt at lave en konkurrence, hvor det handler om at være den gruppe, der først laver et synkronhop

GØR!



4 - 100 pers.



5 - 10 min.



8 - 100 år



Let



Ingen

Sten-saks-papir i hold

FORMÅL

Formålet med STEN-SAKS-PAPIR I HOLD er at styrke fællesskabet i en gruppe og sætte fokus på at stå sammen i tykt og tyndt.

ANVENDELSE

STEN-SAKS-PAPIR I HOLD bruges, når en gruppe skal rystes sammen og føle sig som en del af et fællesskab. Den er også god som energizer.

EKSEMPEL

En gruppe, der arbejder sammen på et fælles projekt, har valgt at lege STEN-SAKS-PAPIR I HOLD. Gruppen deler sig i to hold, og på hvert hold aftales en fælles rutine. Holdene dyster med hinanden, og der er stor glæde på holdet, når de vinder sammen.

STEP BY STEP

1. Deltagerne deles i to hold. Hvert hold aftaler en rækkefølge på fem positioner. Der kan vælges mellem sten (sitter på hug), en saks (står med armene, der peger ud) eller et papir (står med begge arme i luften)
2. Holdene stiller sig overfor hinanden og tæller til tre. Herefter starter den første position, efterfulgt af den anden osv.
3. Hvem vinder? En sten vinder over en saks, fordi saksen kan slås i stykker af stenen. En saks vinder over papir, fordi papiret kan klippes i stykker af saksen. Papir vinder over sten, fordi stenen kan pakkes ind i papiret



4 - 12 pers.



5 - 10 min.



10 - 100 år



Let



Ingen

Kryds og bolle i hold

FORMÅL

Formålet med KRYDS OG BOLLE I HOLD er at styrke fællesskabet i en gruppe, acceptere hinanden og have det sjovt sammen.

ANVENDELSE

KRYDS OG BOLLE I HOLD bruges, når en gruppe skal rystes sammen og opleve at være en del af et fællesskab. Den er også god som energizer.

EKSEMPEL

En gruppe, der er i gang med et større projekt, vælger at lege KRYDS OG BOLLE I HOLD. I legen opdager deltagerne, at hvis de vil vinde, må de acceptere og prøve at forstå hinandens valg og strategier uden at sige noget til hinanden.

STEP BY STEP

1. Lav to lige store hold og tegn med kridt eller indikér med pinde ni store felter, der skal fungere som spilleplade
2. Alle deltagerne er spillebrikker, og det gælder om at få tre på stribe enten vandret, lodret eller diagonalt
3. Hvert hold skiftes nu til at lave et træk på pladen, indtil et hold har tre på stribe. Legen kan udvides med forskellige regler, f.eks. at alle træk skal foregå uden holdene indbyrdes må tale sammen



9 - 12 pers.



5 - 10 min.



8 - 100 år



Let



Kridt eller pinde

På skrump

FORMÅL

Formålet med PÅ SKRUMP er at skabe et stærkere fællesskab i en gruppe og styrke samarbejdet mellem deltagerne.

ANVENDELSE

PÅ SKRUMP bruges i grupper, hvor deltagerne skal være åbne og samarbejde med hinanden. Den er god til at skærpe koncentrationen, tænke kreativt og få ny energi.

EKSEMPEL

En gruppe deltagere skal samarbejde om et fælles projekt. Som indledning på dagen leger de PÅ SKRUMP. I legen viser deltagerne samarbejdsevner og kreative løsningsforslag. De er nødt til at stå tæt sammen, og opgaven bliver sværere og sværere. Deltagerne opdager, at det kræver ret meget samarbejde og mod for at løse opgaven.

STEP BY STEP

1. Deltagerne står i mindre grupper med 4-5 deltagere i hver
2. Deltagerne får en dug eller et stykke plastik i størrelsen 1m x 1m, som de alle skal stille sig på
3. Deltagerne skal nu folde dugen på midten, uden at deltagerne træder udenfor dugen
4. Deltagerne folder endnu engang dugen på midten og bliver ved med at lave en fold på midten, indtil en af deltagerne træder udenfor, eller de ikke længere kan stå på dugen sammen længere



GØR!



4 - 7 pers.



5 - 7 min.



8 - 100 år



Let



En dug

Knuden

FORMÅL

Formålet med KNUDEN er, at deltagerne kommer lidt tættere på hinanden, griner sammen og løser en udfordring i fællesskabet.

ANVENDELSE

KNUDEN bruges til at ryste en gruppe deltagere sammen. Den bruges ofte som en energizer eller som start eller afslutning på en dag.

EKSEMPEL

En gruppe deltagere skal afslutte en workshop og mødes i en rundkreds for at lege KNUDEN. Deltagerne går frem, rækker deres hænder ud og hilser på hinanden, men må derefter ikke give slip. Deltagerne griner, da de opdager, at de har lavet en stor knude, som de er nødt til at løse op i fællesskabet.

STEP BY STEP

1. Deltagerne stiller sig i en rundkreds
2. Deltagerne går nu frem mod hinanden og hilser på en deltager med sin højre hånd. Det må ikke være én, der står ved siden af. Deltagerne holder nu fast i hinandens hænder
3. Så hilser deltagerne igen på en anden deltager med sin venstre hånd. Det må fortsat ikke være én, der står ved siden af eller én, man allerede holder i hånden
4. Rundkredsen er nu filtret sammen, og gruppen skal forsøge løse knuden op uden at slippe grebet i hinanden



GØR!



6 – 20 pers.



5 – 10 min.



8 – 100 år



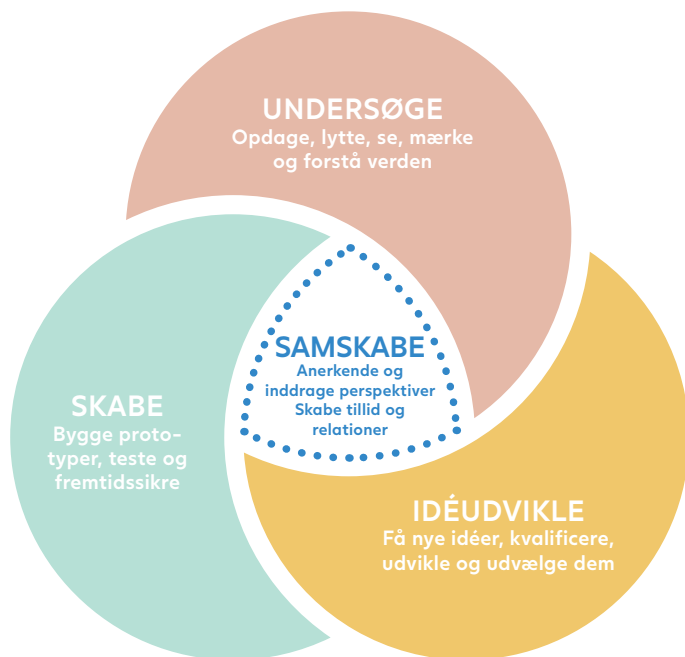
Let



Ingen

Lege, der giver fornyet energi

Hovedformålet med disse fem lege er, at deltagerne kommer til at bevæge sig, grine og blive forandringsparate gennem et nyt fokus. Når der skal skabes synergier og nærvær i en gruppe, er man ofte nødt til at tilføre energi. Legene efterlader en åben og positiv gruppe, der er klar til at lære noget nyt og bidrage med egne perspektiver. Legene er gode at bruge i overgangen mellem to aktiviteter, eller hvis energien er ved at være lidt lav i gruppen.



**Stay curious
Stay awake
Stay playful.**



THE SHAWE CAPITAL OF CHILDREN A/LIMITED

1-2-3

FORMÅL

Formålet med 1-2-3 er at rette fokus, skabe tillid gennem anerkendelse af hinanden samt få ny energi ved at grine sammen.

ANVENDELSE

1-2-3 bruges, når der skal rettes fokus, f.eks. efter frokost, eller hvis energien er ved at være brugt op. Det kan også være, at en gruppe skal øve sig i at anerkende hinanden og hinandens forskellige input.

EKSEMPEL

En gruppe er i gang med et forløb, og inden dagens program vil gruppen gerne have lidt fælles energi. De leger derfor 1-2-3. Deltagerne finder på forskellige lyde, og synes det er sjovt, at lydene skifter pladser, og alle siger de sjove lyde. Efter legen er gruppen klar til dagens program.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går sammen i par og står overfor hinanden. Hvis der er flere i gruppen, er det vigtigt, at der tælles til én mere end der er deltagere i gruppen for at få tallene til at cirkulere rundt mellem deltagerne
2. Deltagerne skal nu tælle til tre ved at skiftes til at sige ét tal ad gangen. En starter med at sige ét. Den anden fortsætter ved at sige to, og så siger den første tre
3. Når det er gjort nogle gange, skiftes ét ud med en lyd eller en bevægelse, som deltagerne selv bestemmer. Det er vigtigt, at deltagerne venter på tur og anerkender hinandens valg af lyd eller bevægelse
4. Efter et par gange skiftes også to ud med en lyd eller bevægelse, og sådan fortsætter det, indtil tre også har en lyd eller bevægelse
5. Afslut med at tælle med lyde eller bevægelser sammen



2 - 100 pers.



5 - 7 min.



6 - 100 år



Let



Ingen

High Five

FORMÅL

Formålet med HIGH FIVE er at rette fokus, skabe tillid og få ny energi ved at grine sammen.

ANVENDELSE

HIGH FIVE bruges, når en gruppe trænger til at få lidt ny energi og igen at få rettet fokus på processen. Metoden er meget nem at gennemføre og kræver ikke ret meget plads. Brug f.eks. HIGH FIVE efter frokost for at indikere, at nu retter vi fokus på hinanden og på processen, eller brug den når energien er ved at falde.

EKSEMPEL

En gruppe er i gang med et fælles projekt. Det er tidligt om morgenen, og gruppen har brug for lidt fælles energi og leger HIGH FIVE. I legen følger deltagerne instruktionen og kommer nemt til at grine, fordi det simple pludselig bliver svært at mestre. Efter legen har gruppen fået ny energi og er klar til at gå i gang.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går sammen to og to og stiller sig overfor hinanden
2. Når der siges ét, laver deltagerne high five med venstre hånd. Når der siges to, er det med højre hånd, og når der siges tre, laves high five med begge hænder. Det prøves først langsomt og derefter lidt hurtigere
3. Når deltagerne har styr på det, byttes der først om på rækkefølgen af tallene. Gør det ikke sværere, end alle kan deltage i legen. Det må dog gerne være lidt svært, så deltagerne strenger sig an for at lykkes
4. Nu indføres tallet fire, hvor deltagerne laver et almindeligt klap. Igen prøves dette først langsomt og derefter lidt hurtigere. Når deltagerne har styr på det, byttes der om på rækkefølgen
5. Afslut med at sige fire mange gange efter hinanden, og deltagerne klapper dermed ad sig selv



2 - 100 pers.



5 - 7 min.



10 - 100 år



Medium



Ingen

Udvikling

FORMÅL

Formålet med UDVIKLING er skabe ny energi i en gruppe samt rette fokus på hinanden og på legen ved at grine og gøre noget skørt sammen.

ANVENDELSE

UDVIKLING bruges ofte til at bryde isen hos en gruppe deltagere. Den er god at bruge mellem to aktiviteter, hvor deltagerne skal have ny energi og flytte fokus.

EKSEMPEL

En gruppe mødes for sidste gang i en proces, hvor alle har udviklet sig meget. De leger UDVIKLING, og i legen møder deltagerne hinanden i en hurtig battle. Deltagerne udvikler sig fysisk indtil sidste stadie er nået, og alle synes, det er sjovt at nå til sidste stadie.

STEP BY STEP

1. Vælg eller aftal, hvilke udviklingsstadier deltagerne skal igennem, f.eks. lille nisse, sød nisse, cool nisse og super nisse, og hvilken figur de forskellige stadier har. En lille nisse kan f.eks. gøre sig meget lille osv.
2. Alle deltagerne går nu rundt på gulvet, og alle er i det første stadie
3. Når to deltagere møder hinanden, kæmper de med sten-saks-papir. Vinderen udvikler sig til det næste stadie, f.eks. sød nisse. Hvis to deltagere har forskellige stadier, kan de ikke kæmpe sammen
4. Når en deltager er fuldt udviklet, kan vedkommende ikke længere kæmpe, men bevæger sig i stedet for rundt om de øvrige deltagere
5. Når alle er færdigudviklede, vil der være en enkelt repræsentant for hvert udviklingsstadie



LEG!



5 - 30 pers.



10 - 15 min.



8 - 100 år



Let



Ingen

Rejs jer op

FORMÅL

Formålet med REJS JER OP er at opleve at være gensidigt afhængige af hinanden, skabe tillid og gøre noget skørt sammen.

ANVENDELSE

REJS JER OP bruges ofte til at skabe nærvær og tillid i et rum. Den er god at bruge mellem to aktiviteter, hvor deltagerne skal have ny energi, bruge kroppen og rette fokus.

EKSEMPEL

En gruppe har koncentreret sig længe og er blevet trætte i hovederne. De leger derfor REJS JER OP. Deltagerne sætter sig tæt sammen med ryggen mod hinanden og skal ved hjælp af hinandens styrke rejse sig op. Det kræver lidt teknik, og nogle af deltagerne løser opgaven lynhurtigt, mens andre skal prøve flere gange. Efter legen går deltagerne videre i deres proces.

STEP BY STEP

1. Deltagerne finder sammen i par, der har nogenlunde lige højde og drøjde
2. Alle parrene sætter sig på gulvet med ryggen mod hinanden og laver armlås, så ryggene presses tæt sammen
3. Hvert par forsøger nu at rejse sig op uden at slippe deres armlås og stadig ryg mod ryg
4. Legen er færdig, når alle par står op igen



2 - 30 pers.



10 - 15 min.



8 - 100 år



Let



Ingen

Ding Dong Dang

FORMÅL

Formålet med DING DONG DANG er at skabe ny energi i en gruppe ved at grine sammen, rette fokus og blive klar til en aktivitet.

ANVENDELSE

DING DONG DANG bruges, når en gruppe trænger til at få lidt ny energi og igen at få rettet fokus på processen. Metoden er meget nem at gennemføre og kræver ikke ret meget plads.

EKSEMPEL

En gruppe mødes til et fælles projekt. De starter dagen med DING DONG DANG. I legen skal deltagerne holde hovedet koldt, og det bliver hurtigt svært at holde styr på ding og dong. Deltagerne får rigtig god energi af at grine sammen i legen.

STEP BY STEP

1. Deltagerne finder sammen i par og beslutter hvem der er Ding, og hvem der er Dong
2. Deltageren der er Ding, siger "ding" og kaster en usynlig bold hen til sin makker Dong. Dong "griber" bolden og sender den tilbage til Ding, mens han siger "dong" osv.
3. Når deltagerne har styr på det, kan de bytte navne ved at sige "dang". Når der siges Dang bliver Ding til Dong og Dong til Ding. Begge deltagere kan sige "dang" når som helst i legen



2 - 100 pers.



5 - 7 min.



10 - 100 år



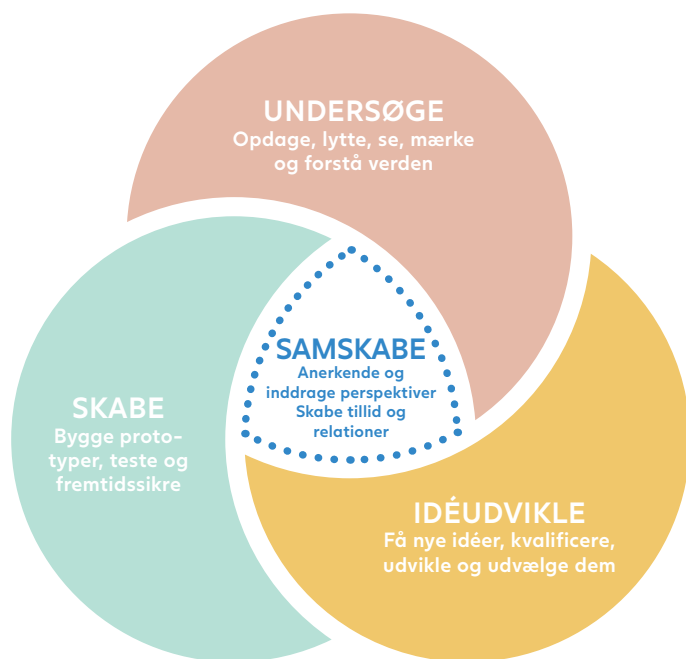
Let

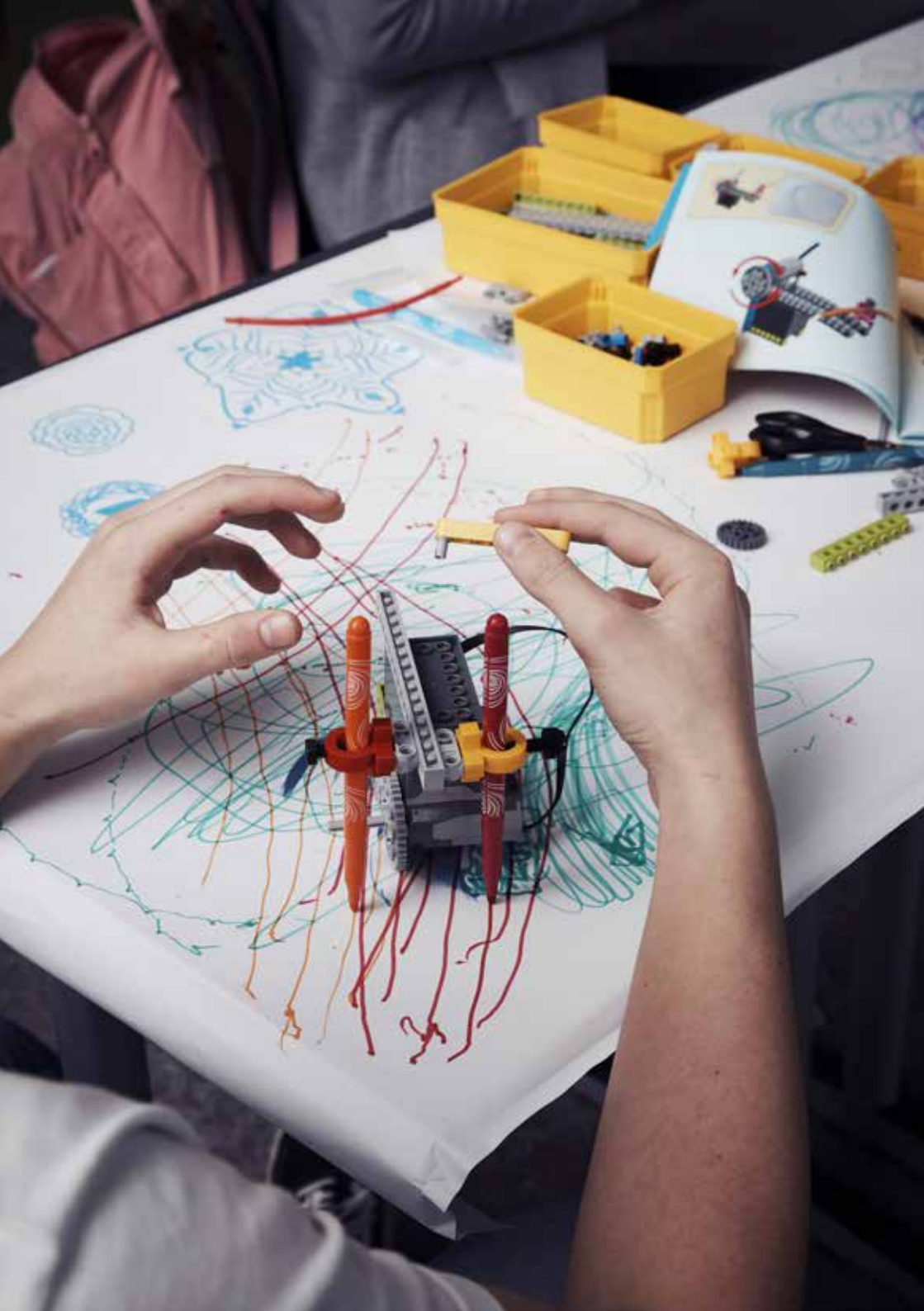


Ingen

Lege, der kickstarter kreativiteten

De sidste fem lege handler om at styrke det kreative mindset. Legene er især gode at bruge, når en gruppe skal udvikle nye idéer eller i situationer, hvor der skal tænkes anderledes løsninger. Mennesker er ofte meget rationelle og bundet af vaner og orden i deres tænkning. Det kan begrænse kreativiteten. Derfor handler det kreative mindset om at åbne op for en anden måde at tænke på, at bryde vaner, at frembringe mange idéer og kunne acceptere alle idéer, give slip på fordomme, gå med andre og have tillid til det, der sker. Legene er dermed også med til at understøtte relationer, ligeværd, skabe tillid og rette fokus.





Gaver

FORMÅL

Formålet med GAVER er at kickstarte kreativiteten ved at finde på noget skørt, gå med og anerkende hinanden.

ANVENDELSE

Metoden bruges ofte før en fælles idégenerering, hvor deltagerne skal være åbne og genere mange idéer. Den er god til at sætte den rette stemning inden en kreativ proces.

EKSEMPEL

En gruppe skal i gang med at finde løsninger til en fælles problemstilling. Inden de går i gang, leger de GAVER. I legen går deltagerne rundt mellem hinanden og giver fiktive gaver. I starten er det lidt svært og føles også lidt mærkeligt. Men der går ikke længe, før deltagerne giver vilde og sjove gaver til hinanden.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går rundt mellem hinanden
2. De skal nu give gaver. Gaven er fiktiv, men deltageren mimer, at gaven findes. Gaven gives til en af de andre deltagere uden at sige, hvad det er. F.eks. kan deltageren mime at trække en meget stor gave hen til modtageren. Det er vigtigt at understrege overfor deltagerne, at der gives gaver til dem, man møder på sin vej, uden at favorisere én eller flere. Man kan også vælge at strukturere det sådan, at man står i en rundkreds og giver en gave til den, der står til højre
3. Modtageren siger tak for gaven og fortæller, hvad han/hun har fået i gave. F.eks. "Tak for den store flotte elefant, som jeg sådan havde ønsket mig". Det er vigtigt, at modtageren anerkender den gave, som han/hun har fået og leger med på, at man lige har fået en gave. Hvis modtageren ikke har lyst til at sige, hvad han eller hun har fået, kan man bare sige tak og lade legen fortsætte
4. Modtageren mimer herefter en ny gave, som gives til en vilkårlig anden eller den, der står til højre



LEG!



5 - 30 pers.



5 - 7 min.



8 - 100 år



Let



Ingen

Picture story

FORMÅL

Formålet med PICTURE STORY er at være kreative sammen. Det handler om at anerkende hinandens perspektiver og bygge videre på hinandens input.

ANVENDELSE

PICTURE STORY bruges til at træne kreativitet i at bygge videre på hinandens input. Den er god som energizer og til at ryste en gruppe deltagere sammen.

EKSEMPEL

En gruppe, der arbejder på et fælles projekt, mødes og leger PICTURE STORY. I legen står deltagerne i en rundkreds og skaber i fællesskab en historie ud fra forskellige billeder. I legen opdager deltagerne vigtigheden af at acceptere hinandens input, og hvordan der er forskellige tolkninger af det samme billede.

STEP BY STEP

1. PICK A CARD hænger eller ligger tilgængeligt for alle. Deltagerne vælger et tilfældigt kort, som de godt kan lide
2. Deltagerne stiller sig i en rundkreds med det valgte billede i hånden
3. En af deltagerne starter en historie. Historiens omdrejningspunkt er det billede, vedkommende har valgt. Efter 10-15 sek. går historien videre til den næste i rækken, der fortsætter historien med udgangspunkt i sit valgte billede
4. Sådan fortsætter det til alle deltagere har bidraget til den fælles historie et par gange. Det er vigtigt at sige, at der ikke findes rigtige eller forkerte bud på historien, men det handler om at bygge videre på det, der kommer ved at svare "Ja, og"... i stedet for "Nej"



4 - 30 pers.



5 - 10 min.



8 - 100 år



Let



PICK A CARD

Copy

FORMÅL

Formålet med COPY er, at deltagerne øver sig i kommunikere og have tillid til hinanden samt acceptere hinandens forståelser og perspektiver.

ANVENDELSE

Legen bruges ofte som indledning til en kreativ proces, hvor deltagerne skal have tillid til hinanden og acceptere de input og perspektiver, der kommer.

EKSEMPEL

Før en kreativ proces leger en gruppe COPY. Deltagerne sidder ryg mod ryg og beskriver et billede for hinanden. I legen er deltagerne meget koncentrerede om at kommunikere og lytte. Da opgaven er slut, opdager deltagerne, hvor vigtigt det er at være præcis i sin kommunikation, at lytte og at turde stille opklarende spørgsmål til hinanden.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går sammen i par og sætter sig ryg mod ryg. Den ene deltager får et billede fra f.eks. PICK A CARD. Den anden får papir og blyant
2. Deltageren med billedet skal nu forklare, hvad der er på billedet ved kun at beskrive farver, former og placeringer. Den anden skal forsøge at tegne det, der bliver beskrevet
3. Efter de to minutter gives tegningen til den anden som gave, og der byttes roller



2 - 30 pers.



5 - 7 min.



8 - 100 år



Medium



Papir, blyant og
PICK A CARD

Røverhistorie

FORMÅL

Formålet med RØVERHISTORIE er at skabe ligeværd mellem legens deltagere og kickstarte kreative tankemønstre ved at gå med på hinandens idéer.

ANVENDELSE

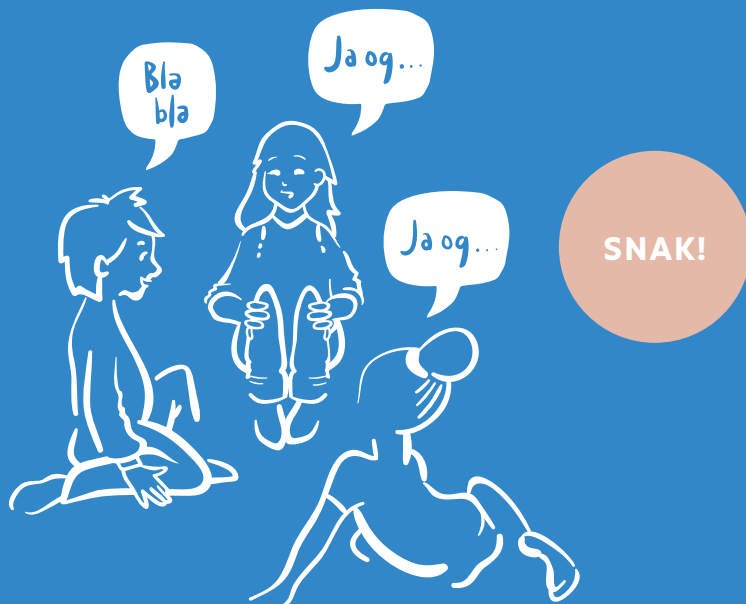
Legen bruges ofte til at varme op før en idégenerering eller som en ice-breaker på en workshop.

EKSEMPEL

Gruppen står i en stor rundkreds og øver sig i at lade en historie vokse mellem sig. De første historier, gruppen laver, bliver lidt underlige og aldrig rigtige historier. Men så er den der lige pludselig, og alle i gruppen kan mærke det. Historien vokser, og deltagerne griner og skaber den vildeste røverhistorie sammen.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går sammen i grupper med tre-fire personer i hver. Legen kan også leges i større grupper, hvor deltagerne stiller sig i én stor rundkreds
2. Legen går ud på, at deltagerne digter den vildeste røverhistorie. Der er én, der starter med at sige en sætning, og den næste fortæller herefter videre på historien ved at sige "Ja, og...". Historien holdes i gang ved altid at starte med at sige "Ja, og..."



2 - 30 pers.



5 - 7 min.



8 - 100 år



Let



Ingen

Modsat

FORMÅL

Formålet med MODSAT er, at deltagerne sammen med en makker udvikler sine kreative kompetencer og sætter gang i en kreativ tankestrøm uden at blive begrænset af en vanetænkning.

ANVENDELSE

MODSAT bruges ofte i forbindelse med, at en gruppe deltagere skal udvikle og åbne op for nye muligheder.

EKSEMPEL

Før en kreativ proces går deltagerne sammen i par og leger MODSAT. Der bliver afspillet noget musik, og deltagerne går rundt i takt til musikken. I starten er det lidt svært for deltagerne, men efter et par forsøg er de næsten ikke til at stoppe igen. Efter legen er de klar til den kreative proces.

STEP BY STEP

1. Deltagerne går sammen i par, der går sammen rundt i lokalet
2. Den første kigger rundt i lokalet og finder to tilfældige ting og spørger den anden "Hvorfor er de to ting modsætninger?". F.eks.: "Hvorfor er et bord det modsatte af et stykke papir?"
3. Den anden skal nu købe ind på den præmis, at der er en modsætning og svare på spørgsmålet. F.eks.: "Det er de, fordi man kan folde et papir og putte i lommen, og på et bord kan man lægge de ting frem, som man har i lommen"
4. Herefter er det den andens tur til at finde to ting i lokalet og spørge, hvorfor de er modsætninger. Legen stopper, når den aftalte tid er gået



LEG!



2 - 30 pers.



5 - 7 min.



10 - 100 år



Medium



Ingen

Litteratur

Andersen, M. M. (2019): Leg, Tænkepause 70. Aarhus Universitetsforlag. S. 6 - 16

Broström, S. (2014): Et legeorienteret læringsbegreb for de nul til femårige I:
Aabro, Christian (red.) "Læring i daginstitutioner – et erobningsforsøg" s. 144-158

CoC Playful Minds (2019): Tools - Co-create. Samskabelse med børn.
<https://www.cocplayfulminds.org/videnlab/toolbox/tools/>

Hammershøj, L. G. (2017): Hvorfor legen er vigtigere end nogensinde I:
Leg gør os til mennesker. Eyermand Zakarias m.fl. (red.) Forlaget 55* NORD

LEGO Foundation (2018): Det vi mener med: Læring gennem leg. Billund. The LEGO Group.
Version 2.1, maj 2018. Retrieved from <https://www.legofoundation.com/en/learn-how/knowledge-base/det-vi-mener-med-laering-gennem-leg/>

Ringsmose, Charlotte og Kragh Müller, Grethe (2015): m.fl. KIDS kvalitetsudvikling i
daginstitutioner. Dansk Pædagogisk Forlag. S. 28 – 42

Tangaard, L. Dilling, J. (2019): Retrieved from <https://www.cocplayfulminds.org/vores-verden/samskabelse/vores-definition-af-samskabelse/>

cocplayfulminds.org

**CoC
Playful
Minds**

