



INNI AÐ LEIKA MEÐ BLÆ

Innileikir Barnaheilla



Barnaheill

Vináttu
Fri for Mobberi

Allir leikir sem hér eru kynntir styrkja samkennd og félagsanda. Markmiðið er að öll börn skemmti sér saman og skapi góðar minningar með ykkur. Leikirnir og æfingarnar stuðla m.a. að aukinni hreyfigetu barnanna sem er mikilvæg forsenda vellíðunar og góðra samskipta. Þegar börn leika sér saman eykur það tilfinningu þeirra fyrir því að tilheyra hópi. Þau upplifa sig sem heild í leiknum og sjá einnig nýjar hliðar hvert á öðru og tengjast nýjum vinaböndum.

Til að upplifa sem mesta ánægju af leikjunum mælum við með að þeir séu æfðir nokkrum sinnum. Börn kunna vel að meta alla endurtekningu og fara þá smám saman að treysta betur upplifun sinni.

Þið skuluð ekki reyna að hafa leikina eins marga og hugsast getur heldur einblína fremur á upplifun barnanna og þarfir þeirra. Kannski eitthvert barnanna hafi til að byrja með aðeins þörf fyrir að horfa á hina leika sér. Allir leikirnir henta bæði í stórum og smáum barnahópum. Við mælum með að þið prófið ykkur áfram með hvað hentar ykkar börnum best.

Munið að alla leikina er bæði hægt að leika úti og inni.



I. LEIKIR FYRIR 0-3JA ÁRA

I.1. Blær leikur sér

Nýtið Blæ eða annan bangsa/tuskudýr eins og leikbrúðu. Börnin standa þannig að þau sjái Blæ vel. Sá fullorðni sýnir og segir frá því sem Blær gerir og börnin herma eftir hreyfingum bangsans. Það getur verið að hoppa, klappa, skríða o.s.frv. Hægt er að útfæra leikinn þannig að börnin skiptist á að stjórna Blæ og lýsa því sem bangsi gerir.

I.2. Hvar eru börnin?

Börnin liggja á gólfinu og einhver fullorðinn leggur stórt teppi yfir þau til að hylja þau alveg. Hinir fullorðnu láta sem börnin séu alveg horfin og spyrja hvað hafi orðið af þeim. Þegar ljóst er orðið að börnin eru undir teppinu þá er því svipt af og hrópað: „Þarna voruð þið þá!“

I.3. Skuggadans

Parið börnin saman. Þau stilla sér upp andspænis hvort öðru og takast í hendur. Spilið rólega tónlist, t.d. nuddlög Vináttu sem er að finna á Spotify: Vináttu – gott er að eiga vin. Börnin skiptast á að herma eftir hreyfingum hvort annars, sem geta verið hægir, fyndnar o.s.frv. Börnin vinna saman og fylgjast að í hreyfingum. Þið megið hjálpa þeim að komast af stað. Þetta getur orðið fallegur dans þegar börnin eru komin í svolitla æfingu.

I.4. Heilsað hvert öðru

Allir hreyfa sig saman og heilsa á mismunandi hátt. Byrjið á því að takast í hendur nokkrum sinnum. Síðan faðmist þið eða heilsist svo sem með maganum eða öxlunum. Sá fullorðni ákveður hvernig eigi að heilsast hverju sinni. Síðan setja börnin sjálf fram sínar eigin hugmyndir um það.



2. LEIKIR FYRIR 3JA - 6 ÁRA

2.1. Hvernig líta tilfinningar út og hvar eru þær?

Þetta verkefni byggist á samvinnu barnanna og beinir sjónum að tjáningu tilfinninga. Börnin vinna í pörum. Fyrst teiknar hvert og eitt barn andlit sem tjáir einhverja tilfinningu. Því næst skiptast börnin á teikningunum og annað barnið lýsir teikningu hins fyrir öllum hinum.

2.2. Blöðruleikur

Í þessu verkefni eiga börnin að fylgjast vel hvert með öðru og hjálpast að. Blöðrur geta verið hressandi viðbót í leikjum barnanna.

Notið fimm eða sex blöðrur eftir því hvað þátttakendur eru margir. Allir stilla sér upp í hring þannig að þeir snerta næstum axlir hver annars. Jafnvel má haldast í hendur. Útskýrið fyrir hópnum að nú verði þrjár til fimm blöðrur færðar inn í hringinn og að það sé sameiginlegt verkefni alls hópsins að halda þeim á lofti. Blöðrurnar mega ekki snerta gólfið. Á meðan leikurinn fer fram eiga allir að sýna varkárni og hafa vakandi auga með öllum hópnum. Leikurinn snýst um að sýna fram á hvað hópurinn geti haldið blöðrunum lengi á lofti með því að hjálpast að og fylgjast vel hvert með öðru. Til þess að gera leikinn einfaldari má byrja með einni blöðru. Einnig er hægt að nota einhvern annan efnivið en blöðrur.

2.3. Spegllaleikur

Þessi leikur skerpir athyglisgáfu, einbeitingu og eftirtekt barnanna hvert gagnvart öðru og æfir þau í samvinnu.

Börnin eru pöruð saman. Annað er spegillinn og á að herma eftir hreyfingum hins. Það getur til dæmis verið að hoppa eða klappa. Þegar því er náð má þróa leikinn út í að verða spegladans þar sem þau geta fylgt hreyfingum hvert annars með tónlist. Einnig má þjálf þau í að hreyfa sig á mismunandi hraða.

2.4. Hringdans

Dans veitir gleði og kraft. Börnin æfast í að skiptast á og að greina og herma eftir hreyfingum hvert annars. Þegar börnin eru inni í miðjum hring æfa þau sig í því að vera í miðju sviðsljósinu.

Allir stilla sér upp standandi í hring og svo er kveikt á tónlist. Eitt barn í einu eða fullorðinn fer svo inn í hringinn og býr til danshreyfingar sem hinir herma eftir. Sá fullorðni stjórnar því hve lengi hver og einn á að vera í hringnum. Hæfilegur tími er um 30 sekúndur. Ef eitthvert barnið er feimið við þetta getur það fengið að fara með öðrum inn í hringinn eða sleppa því að taka þátt.

3. LEIKIR FYRIR 6-10 ÁRA

3.1. Tungurnar tvær

Þessi leikur vekur börnin til umhugsunar um hvaða áhrif þeirra eigin talsmáti getur haft á hin börnin. Hann hjálpar börnunum að þróa með sér jákvæð samskipti. Teiknið sína hvora tunguna á tvö stór blöð. Raðið börnunum hringinn í kringum blöðin og biðjið þau að nefna orð sem gera þau leið eða reið. Skrifðið orðin niður á aðra teiknuðu tunguna. Biðjið börnin síðan að nefna orð sem gleðja þau eða hvetja og skrifðið þau á hina tunguna. Hengið tungurnar tvær upp á vegg hlið við hlið. Minnið af og til á tungurnar og orðin sem á þeim standa. Ræðið síðan af og til um það hvor tungan er notuð meira og hvort þörf er á að breyta talsmátanum.

3.2. Hljóða-samstæðuleikur

Leikurinn ýtir í senn undir samvinnu barnanna og eflir einbeitingu.

Eitt barn fer afsíðis. Hinum börnunum er skipt upp í pör og velur hvert par sér sitt einkennishljóð. Það þarf að vera hljóð sem börnin geta myndað með eigin líkama, til dæmis að baula eða urra. Þegar allir hafa ákveðið sitt hljóð eru pörin leyst upp og það barn sem beið fyrir utan fær aftur að koma inn og á að reyna að para saman hljóðin. Þegar höfuð barns er snert gefur það frá sér hljóðið sem parið valdi sér. Þegar tekst að para saman tvö eins hljóð er komin samstæða.

3.3. Að fela hlut með myndavísbendingum

Leikurinn stuðlar að samvinnu barnanna.

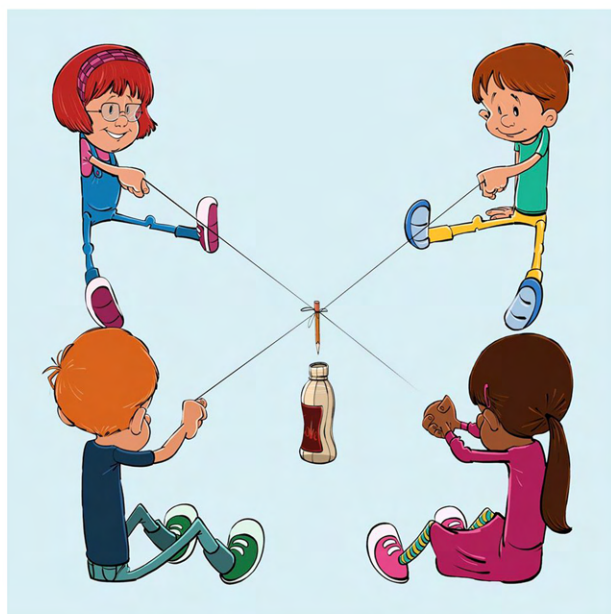
Veljið tvö börn til að sjá um að fela einn hlut sem búið er að velja (t.d. Blæ bangsa). Hin börnin bíða á meðan einhvers staðar þar sem þau sjá ekki til felustaðarins. Þegar búið er að fela hlutinn taka þeir sem földu hann myndir (allt upp í fimm) af felustaðnum frá mismunandi sjónarhornum (með hjálp þess fullorðna eftir þörfum). Þeir sem földu hlutinn snúa síðan aftur til hópsins og byrja á því að sýna fyrstu myndina. Síðan koll af kolli þangað til börnin hafa komist að felustaðnum og fara þangað til að sækja hlutinn. Þeir sem voru fljótastir að finna hlutinn geta síðan orðið næstir til að fela o.s.frv. Hægt er að búa til heilan ratleik með fleiri vísbendingum.

3.4. Stóra netið

Ekki er hægt að gera ráð fyrir að börn á þessum aldri geti fullkomlega sett sig í spor annarra barna og skilið líðan þeirra. Þau eiga þó að geta áttað sig á að öðrum geti liðið illa við ákveðnar aðstæður, virt tilfinningar annarra og sýnt samkennd. Markmiðið með leiknum er að sýna fram á að hópur sé sterkari þegar allir fá að vera með og taka þátt á sínum eigin forsendum. Það viðhorf stuðlar að því að börnin eigi auðveldara með sýna hvert öðru samkennd.

Aðferð:

Notið stóran, þéttan og grófan garnhnykil eða snæri (u.þ.b. 5 m fyrir hvert barn). Allir setjast í hring. Haldið á hnyklinum og segið börnunum eitthvað um ykkur sjálf (t.d. í hverju þið eru góð eða hvað ykkur finnst gaman að gera). Síðan er hnyklinum rúllað til einhvers barnanna í hópnum án þess að þið sleppið endanum á bandinu. Þá á barnið sem fékk hnykilinn að segja eitthvað um sjálft sig, halda fast í bandið og rúlla svo hnyklinum til næsta barns. Þegar öll börnin hafa fengið hnykilinn hefur myndast heilmikið net. Þá eiga allir að standa upp samtímis og halda áfram fast um bandið. Þegar allir eru staðnir upp útskýrir kennarinn að netið tákni hvernig allir séu samtengdir. Mikilvægt sé að allir fái að vera með og taka þátt svo öryggi og traust ríki í hópnum. Hver einstaklingur gegnir mikilvægu hlutverki í hópnum. Til að sýna það með táknrænum hætti eru eitt eða tvö börn beðin um að sleppa takinu á bandinu sínu. Þá kemur í ljós hvernig tengslin við hin börnin rofna og netið verður um leið veikara. Gjarnan má ljúka æfingunni með því að allir grípa aftur í bandið og setjast á gólfið. Börnin skila síðan bandinu sínu aftur til þess sem það fékk hnykilinn af um leið og þau vinda bandið upp í hnykil.



Vínátta – Fri for mobberi er forvarnaverkefni Barnaheilla gegn einelti fyrir börn í leik- og grunnskólum, frístundaheimilum og dagforeldrum á aldrinum 0-10 ára. Verkefnið var þróað í Danmörku og hefur frá árinu 2007 hlotið mikla útbreiðslu þar og er notað í 60% leikskóla og 45% grunnskóla.

Hér á landi er notast við Vínáttu í um 65% leikskóla og 25% grunnskóla og sífellt fleiri skólar bætast í hóp Vínáttuskóla. Náms efnið sem er einfalt í notkun byggir á rannsóknum á samskiptum í barnahópum. Allt efnið er samofið fjórum gildum Vínáttu sem eru **umburðarlyndi, umhyggja, virðing og hugrekki**. Lögð er áhersla á góð samskipti í barnahópnum, efla tilfinningaþroska, setja sér mörk í samskiptum og bregðast við órétti sem aðrir eru beittir. Náms efnið er ekki eingöngu ætlað börnunum heldur er einnig rík áhersla lögð á þátttöku foreldra og starfsfólks í verkefninu. Allt náms efnið kemur í tösku og er meðal annars um að ræða tónlist, nuddæfingar, leiki, samræðuspjöld, útikennslu og sögubækur auk þess sem bangsinn Blær er táknmynd verkefnisins.

Nánari upplýsingar um Vínáttu má nálgast á www.barnaheill.is

