

# Lektionsplanering

**Årskurs:** Fritidshem

**Ämne:** Fritidsverksamhet

**Tema:** Samarbetslekar och teambuilding

## Koppling till styrdokument

### Centralt innehåll

Denna lektionsplanering syftar till att främja samarbete och kommunikation bland eleverna genom lekar och aktiviteter som kräver teamwork. Lektionen ska ge eleverna möjlighet att utveckla sina sociala färdigheter, lösa problem tillsammans och förstå vikten av samarbete i praktiskt taget alla aktiviteter.

### Kunskapskrav

Eleverna ska kunna delta i och organisera olika typer av samarbetslekar. De ska även kunna reflektera över sin egen och gruppens insats i leken och förstå vikten av att samarbeta för att nå gemensamma mål.

## Lärrarledda instruktioner

### Introduktion till samarbetslekar (10 min)

- Förklara vad samarbetslekar är och varför de är viktiga i skolmiljön.
- Ge exempel på samarbetslekar, till exempel "människolivräddare", "bygg en torn av plastmuggar" och "springa och bär en bollen".
- Diskutera hur man kommunicerar effektivt med varandra under en aktivitet.

### Gruppindelning och aktivitetspresentation (15 min)

- Dela in eleverna i små grupper för att säkerställa att alla kan delta aktivt.
- Presentera de lekar som grupperna kommer att genomföra och betona vikten av samarbete i varje aktivitet.
- Ge information om eventuella regler och säkerhetsanvisningar kopplade till lekarna.

### Genomförande av samarbetslekar (20 min)

- Låt grupperna delta i de olika teambuilding-lekarna.
- Observera interaktionen mellan eleverna, ge stöd vid behov och

uppmuntra dem att samarbeta för att lösa utmaningarna.

- Efter varje aktivitet, håll en kort utvärdering av hur det gick och vad de lärde sig om samarbete.

### **Avslutning och reflektion (5 min)**

- Samla eleverna för att reflektera över sina upplevelser under lektionen.
- Be dem dela med sig av vad som gick bra, vilka utmaningar de stötte på och hur de övervann dem genom samarbete.
- Diskutera vikten av att kunna lita på varandra och kommunicera öppet.

### **Aktivitet**

Eleverna delas in i grupper och får uppdraget att genomföra specifika samarbetslekar där effektiv kommunikation och teamwork är avgörande för framgång. Denna aktivitet främjar deras förmåga att arbeta tillsammans mot gemensamma mål och förbättrar deras sociala färdigheter.

Beräknad tidsåtgång: 20 minuter

### **Exit-ticket**

1. Vad var en sak ni lärde er om samarbete idag?
  - Eleverna kan svara med sina insikter om effekterna av samarbete.
2. Hur påverkade kommunikationen ert samarbete?
  - Reflektioner kring vikten av att prata och lyssna på varandra under lekarna.
3. Nämn en samarbetslek ni tyckte var särskilt rolig.
  - Svaren kan variera beroende på aktiviteterna.
4. Vad är en utmaning ni stötte på idag och hur övervann ni den?
  - Eleverna kan reflektera över specifika situationer och diskutera lösningar.
5. Varför är det viktigt att kunna samarbeta med andra?
  - Eleverna får möjlighet att svara på betydelsen av att arbeta i team i både lekar och i skolan.

### **Hemläxa**

Be eleverna att skriva en kort reflektion (150-200 ord) om en gång de samarbetade med andra och vad resultatet blev av det samarbetet.

### **Fördjupningsuppgift**

Eleverna kan ges i uppdrag att designa en samarbetsaktivitet som involverar olika uppgifter eller spel, samt beskriva hur de skulle organisera samarbetet i sin grupp. De ska även reflektera över lärdomar de hoppas få ut av

aktiviteten.

**Förslag för nästa lektion**

Tema: Sport och idrottsaktiviteter

I nästa lektion kan fokus ligga på att introducera sporter och idrottsaktiviteter som främjar fysisk aktivitet och lagarbete. Eleverna kan få prova olika idrotter och lära sig om regler, samarbete och prestation i en sportlig kontext. Denna progression bygger vidare på tidigare erfarenheter av samarbete och presenterar nya färdigheter.

**Förberedelser**

- Förbered olika material och utrustning för sport och idrottsaktiviteter.
- Informera om regler och säkerhetsaspekter kopplade till sportaktiviteter.
- Skapa en lista med exempel på sporter och aktiviteter för eleverna att prova.

Tags: [Fritidshem](#)