

HYVÄ YSTÄVÄ -LEIKKI

Lapset ovat piirissä ja heittelevät palloa tai hernepussia. Heittäjä sanoo, millainen on hyvä ystävä. Jatketaan niin kauan kuin leikkijät keksivät positiivisia sanoituksia hyvästä ystävästä. Toisella kierroksella tehtävänä on sanoa, mikä ei kuulu hyvään ystävytyteen.

MINÄ HALUAN MUKAAN –HARJOITUS

Lapset jaetaan kolmen ryhmään. Heidän tehtävänä on vuorotellen kokeilla, miltä tuntuu, kun ei pääse ryhmään mukaan. Kaksi leikkijää on ”kimpassa” ja yrittää torjua kolmannen, joka haluaa tulla mukaan heidän porukkaansa. Jokainen on kerran leikissä ulkopuolisen roolissa. Leikin jälkeen keskustellaan siitä, miltä kokemus tuntui. Mitä voisi tehdä, ettei kenenkään tarvitsisi tuntea oloaan ulkopuoliseksi?

ANTEEKSI PYYTÄMINEN JA ANTAMINEN -HARJOITUS

Mietitään tilanteita, joissa täytyy pyytää tai antaa anteeksi. Lavastetaan pienissä ryhmissä pehmoleluilla tällaisia tilanteita ja keskustellaan niistä. Voidaan myös valokuvata tilanteet, tulostaa ja lisätä puhekuplia. Keskustellaan valmiista kuvista.

REILUN KAVERIN PASSI

Askarrellaan jokaiselle passi. Tarvikkeiksi varataan paperia, sakset ja värejä. Kuvansa passiin jokainen saa piirtää itse tai voidaan käyttää kopiota oikeasta kuvasta. Passiin voidaan kerätä merkkejä, tarroja tms., kun joku käyttäytyy reilusti ja huomaavaisesti toista kohtaan. Viimeisellä sivulla voi olla tilaa ryhmän omien sääntöjen kirjaamiseen.

POHTIMISTEHTÄVÄ YSTÄVYYDESTÄ

Lasten kanssa pohdittavaksi: - Mitä on ystävyys?

- Millainen on hyvä ystävä? Millainen on kiva kaveri?
- Millainen ystävä sinä olet?
- Mitä leikkejä on mukava leikkiä kaverin kanssa?
- Millainen ryhmä on kiva?
- Miten selvitätte riitoja?
- Onko toisen kuunteleminen helppoa?
- Mitä kiusaaminen tarkoittaa?
- Mitä anteeksi pyytäminen tarkoittaa?
- Milloin pitää pyytää anteeksi?
- Miten pyydät ystävää leikkimään kanssasi?

TAAVIN UNILENTO –HARJOITUS

Mene pötköttämään ja ota mukava asento. Voit sulkea silmäsi. Nyt teemme matkan unen maailmaan ja sinä opit lentämään. Tiesitkö, että rentoutuminen auttaa lentämään oppimisessa. Kun kehosi rentoutuu, se nousee kevyenä ilmaan ja voit aloittaa lentomatkan unen maailmaan. Minä olen sinun oppaanasi. Sinun on turvallista harjoitella lentämistä minun kanssani. Kuvittele nyt, että suuri pehmeä pilvi lentää viereesi ja menet siihen päälle pötköttelemään. Hengitä syvään sisään Anna ilman virrata hitaasti ulos. Päästä kehosi ihan rennoksi. Jalat, selkä, vatsa, kädet, pää. Jokaisella uloshengityksellä muutut kevyemmäksi ja pilvi lähtee nousemaan hitaasti ylemmäs. Nouse seisomaan pilven päälle ja levitä kätesi sivuillesi. Huomaat, että kantapääsi irtoavat pilvestä, sitten varpaat. Olen tässä vieressäsi ja huolehdin sinusta. Huomaatko, osaat lentää! Ota minua kädestä kiinni ja lähde kanssani tutkimaan unimaailmaa. Sinä osaat lentää mahtavasti! Katso sivullesi, siellä on upea sateenkaari, joka kimaltaa auringonsäteiden osuessa siihen, kuin siinä olisi glitteriä. Mikä sateenkaaren väreistä on sinun lempivärisi? Kun katsot sateenkaarta, huomaat, että lempivärisi muuttaa muotoaan. Siitä muovautuu upea ilmalaiva, jonka kyytiin hyppäämme. Voimme matkustaa minne vain. Menisimmekö hattarakylään herkuttelemaan, pilvimaailmaan seikkailemaan vai vesipuistoon hassuttelemaan? Saat ohjata laivaa sellaiseen suuntaan, jossa haluaisit tämän yön seikkailla. Minä voin tulla sinun mukaasi. HIEMAN PIDEMPI TAUKO Kauniita unia ja pidä hauskaa uniseikkailussasi!