Gruppstärkande aktiviteter

Aktiviteter där alla behövs, och en grupp som du följer vecka för vecka, för F–9

Socialt · F–9 · 10–40 minuter per pass, en eller två gånger i veckan · Från fyra elever till en hel klass

En eller två gånger i veckan gör en klass eller en mindre grupp en aktivitet där alla behövs och ingen åker ut, och du leder den i fem delar. Varje vecka skattar du hur gruppen mår och samarbetar, och varannan vecka svarar eleverna på ett blad och samtalar om gruppen. Aktiviteterna står på kort, ordnade i kategorier.

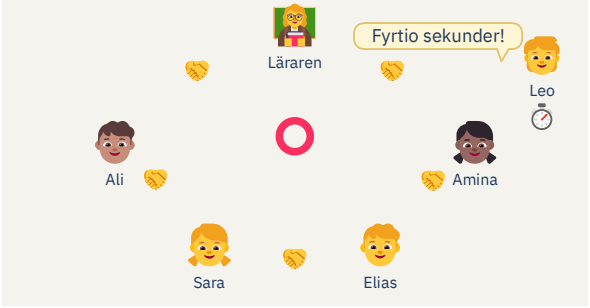
Område	Socialt	**Årskurs**	F–9
Format	liten grupp, helklass	**Tid**	10–40 minuter per pass, en eller två gånger i veckan
Period	Tolv veckor eller mer, så länge gruppen behöver det	**Grupp**	Från fyra elever till en hel klass
Uppdaterad	28 oktober 2026		
Material	korten på sajten, kortets material, Lärarens skattning, bladet Vår grupp, frågekort och meningar att avsluta · allt material under Materialet		

Så gör gruppen

Rockringen ska gå ett varv runt gruppen utan att någon släpper taget. Här är fyra bilder ur filmen, med en grupp i åk 4. Leo, som inte vill hålla händer, tar tiden.

1 · Läraren säger målet, och Leo tar tiden.

2 · Sara hjälper Elias, och läraren säger vad Sara gjorde.



3 · Rockringen kommer runt, och Leo säger tiden.

4 · Läraren frågar, och Elias säger vad Sara gjorde.

Gruppstärkande aktiviteter är lekar, utmaningar, samtal och byggen där gruppen bara kan lyckas tillsammans. Metoden passar en hel klass och en särskild undervisningsgrupp med minst fyra elever. Den behövs mest när gruppen är ny, när några står utanför eller när samarbetet går trögt.

Metoden har två delar. Den första är aktiviteten, som du leder i fem delar. Du förklarar aktiviteten och modellerar ett beteende som gruppen behöver, till exempel att fråga ”Får jag ta din hand?” Sedan genomför ni aktiviteten, och du är med och säger högt vad någon gör för gruppen. Efteråt ställer du kortets fråga och säger vad eleverna gjorde för varandra, och sist tackar de varandra.

Den andra delen är gruppen över tid. Ni gör en eller två aktiviteter i veckan, och varje vecka skattar du hur gruppen mår och samarbetar och sätter ett kryss i diagrammet Lärarens skattning. Varannan vecka fyller eleverna i bladet Vår grupp, och du leder en gruppreflektion som slutar i två meningar: ”Detta gör vi bra. Detta ska vi bli bättre på.” I aktiviteterna veckorna efter modellerar du det gruppen ska bli bättre på.

Du väljer aktiviteterna ur aktivitetskorten, som är ordnade i kategorierna Lära känna varandra, Trygghet och gemenskap, Samarbetsutmaningar, Gemensamma mål och Skapa och bygga. De första veckorna väljer du ur de två första. Kortet är ett A4 som du har i handen eller visar på skärmen, och stegen på kortet följer de fem delarna. Brainbreakkorten är korta rörelsepauser för en grupp som har suttit länge, och på skärmen har de en klocka och musik. Korten finns på sajtens sidor Ta fram en aktivitet och Ta fram en brainbreak, som du når från metodens sida.

Efter metodens två delar står vad forskningen säger om samarbete och gemenskap, vad som gör en aktivitet gruppstärkande, hur du gör om en lek till samarbete, din roll när gruppen ska bli en grupp, vad du gör när det inte går som tänkt och fler frågor efter en aktivitet. Sist står Materialet med Lärarens skattning och Gruppreflektion.

Så fungerar insatsen

Gruppen är en klass eller minst fyra elever, och insatsen pågår i tolv veckor eller längre. En eller två gånger i veckan gör ni en aktivitet på 10–30 minuter i fem delar: Förklara, Modellera, Genomför, Återkoppla och Tacka. När gruppen har suttit länge på en lektion, tar ni en brainbreak på 1–8 minuter. Varannan vecka leder du en gruppreflektion på 20–30 minuter efter en aktivitet på omkring tio minuter. Eleverna fyller i bladet Vår grupp, och sist bestämmer ni vad gruppen ska bli bättre på. Det modellerar du veckorna efter. Varje vecka skattar du gruppen från 1 till 10 i Lärarens skattning.

Så sätter du ihop gruppen

Metoden är för en klass eller en särskild undervisningsgrupp med minst fyra elever, särskilt när gruppen är ny, några står utanför eller samarbetet går trögt. Pågår kränkningar, följer du först skolans rutin, eftersom en aktivitet kan göra det värre för den som blir kränkt. Med fyra till åtta elever gör ni aktiviteten tillsammans. Saknas en elev för kortet, är du med, och saknas fler, väljer du ett annat kort. I en klass gör du fasta grupper om fyra till sex, byter dem efter några veckor och delar eller slår ihop dem när kortet kräver det. Sätt elever som trissar upp varandra i olika grupper.

Tre saker att hålla fast vid

Alla behövs, och ingen åker ut eller vinner över någon annan. Ingen tvingas delta, dela med sig eller bli rörd vid, och den som tvekar får en riktig roll, till exempel att ta tiden. Säg högt vad någon gör för gruppen, och avsluta varje gång med återkopplingen och tacket, så att eleverna ser vad de gjorde för varandra.

En aktivitet i fem delar

Varje aktivitet har samma fem delar, och stegen på kortet följer dem: det första steget är det du säger när du förklarar, steget som börjar med Visa är det du modellerar, och det sista steget är återkopplingen och tacket.

Första passet: ni gör ett kort på 10–15 minuter, och delen Modellera tar längre tid, eftersom du också visar stoppet och gruppen prövar det, med förklara 0–3 minuter, modellera 3–6, genomför 6–15, återkoppla 15–19 och tacka 19–20.

Tid	Fas	Vad händer
1–3 min	**Förklara**	Säg kortets mål: *”Ni är klara när alla …”* Från vecka 3 säger du också vad gruppen ska bli bättre på. Säg vem var och en ska tacka efteråt, och låt en elev säga målet med egna ord.
1–2 min	**Modellera**	Visa med en elev kortets beteende, till exempel *”Är alla med?”*, och från vecka 3 också det gruppen ska bli bättre på. Rör ni vid varandra, visar du också hur ni frågar: *”Får jag ta din hand?”*
5–20 min	**Genomför**	Var med. Det viktigaste är att säga högt vad någon gör för gruppen, helst när någon gör det du visade: *”Sara lyfte armen, och då kom rockringen vidare.”* Behöver du stanna gruppen, räck upp handen och säg stopp.
2–4 min	**Återkoppla**	Ställ kortets fråga, och låt två eller tre svara. Säg med namn vad eleverna gjorde för varandra, och om någon gjorde det du visade.
1 min	**Tacka**	Var och en tackar grannen för något hen gjorde: *”Tack för att du …”* Så får alla ett tack.

Exempel: Rockringen i en grupp i åk 4

> **Gruppen:**
> *Fem elever i åk 4 går i en undervisningsgrupp, och det är den femte veckan. Vid gruppreflektionen förra veckan ringade de flesta in 4 eller 5 på ”Jag känner mig trygg i gruppen”, och gruppen bestämde sig för att bli bättre på att hjälpa den som fastnar. Dagens kort är Rockringen ur Samarbetsutmaningar.*

Läraren samlar gruppen i en ring: *”Rockringen ska gå ett varv utan att någon släpper taget. Ni är klara när den är tillbaka hos mig. Förra veckan sa ni att ni skulle bli bättre på att hjälpa den som fastnar. Efteråt tackar var och en grannen.”* Hon ber Ali säga med egna ord vad de ska göra. Leo vill inte hålla händer. *”Leo, vill du hålla i ett kort rep eller ta tiden?”* Leo tar tiden.

Sedan visar läraren med Amina hur man frågar innan man tar någons hand och hur man hjälper den som fastnar: *”Böj dig, så lyfter jag armen.”*

Rockringen fastnar hos Elias. Sara säger: *”Böj dig, så lyfter jag armen.”* Läraren säger högt: *”Sara lyfte armen, och då kom rockringen vidare.”* När rockringen är tillbaka säger Leo: *”Fyrtio sekunder!”* Gruppen vill pröva igen, och nu tar det trettio sekunder.

Läraren frågar: *”Vad gjorde någon som hjälpte gruppen?”* Elias säger att Sara visade hur han skulle böja sig, och Amina säger att alla frågade innan de tog någons hand. Läraren säger: *”Ni frågade innan ni tog varandras händer, och när rockringen fastnade hos Elias hjälpte Sara till. Leo tog tiden på båda varven. Nästa gång prövar vi med två rockringar.”* Sist ställer sig Leo i ringen, och tacket går runt, så att också han får ett. Elias säger: *”Tack, Sara, för att du lyfte armen.”*

Efter veckans sista aktivitet skattar läraren gruppen till 6 i Lärarens skattning och drar ett streck från förra veckans 5.

I en klass, i en liten grupp och med de yngsta

Gruppen	Så gör du
Fler än åtta eller en klass	Alla grupper gör samma aktivitet. Visa kortets beteende med en grupp inför de andra, och gå runt och säg högt vad någon gör. Grupperna svarar själva på kortets fråga. Du ger hela klassen återkoppling, och tacket går runt i grupperna.
Fyra till åtta elever	Ni gör aktiviteten tillsammans. Säger kortet färre elever än ni är, delar ni er i två grupper. Säger kortet att grupperna visar varandra sina lösningar, visar ni dem för en annan grupp på skolan eller prövar igen.
De yngsta	Välj korta aktiviteter, och visa varje steg innan eleverna gör det. Låt tacket vara en enda mening, som *”Tack, Ali, för att du höll i repet.”*

När det inte går som tänkt

Det du ser eller hör	Det du gör och säger
En elev vill inte vara med	Tvinga inte eleven. Ge hen en riktig roll, som att ta tiden, och visa hen nästa kort dagen före.
En elev vill inte bli rörd vid	Gör aktiviteten utan beröring, som kortets Att tänka på säger, eller låt eleven hålla i ett kort rep eller en penna i stället för en hand. Eleven behöver inte förklara varför.
Ni är ett udda antal	Bli själv par med en elev, eller låt ett par bli tre.
Någon tar över och bestämmer	Ge eleven uppgiften att fråga de andra: *”Kan du se till att alla har sagt sitt förslag?”*
”Det var ditt fel!”	Stanna gruppen. *”Vi lyckas och misslyckas tillsammans. Vad kan ni göra så att det går bra för alla?”* Låt den som fick skulden välja plats eller roll.
Någon står i utkanten, och de andra tar inte med hen	Säg högt något eleven gjorde för gruppen. Öva kortets beteende med eleven före passet, och låt hen visa det med dig i Modellera.
En elev är ny eller ensam	Låt hen ha samma kamrat bredvid sig i några veckor. Är hen ny, berättar gruppen i Förklara hur aktiviteten går till.
Gruppen bråkar om reglerna	Stanna gruppen. *”Vad är målet nu?”* Låt gruppen bestämma en regel och pröva igen.
Gruppen lyckas inte efter flera försök	Gör aktiviteten lättare, till exempel med ett förslag ur kortets Att tänka på, eller sluta medan leken är god och gå till återkopplingen och tacket: *”Vi försökte tillsammans. Vad prövar vi nästa gång?”*
Det blir för vilt	Stanna gruppen. Gör nästa försök jättelångsamt, eller byt till ett lugnare kort.
”Det här är larvigt”	Låt äldre elever bestämma reglerna, välja kortet eller leda en aktivitet själva, som på kortet Vi leder en lek. Säg vad ni övar i aktiviteten.
Någon säger något elakt	Stanna gruppen och säg lugnt att det inte är okej. Följ sedan skolans rutin.

Var hittar du aktivitetskorten och brainbreakkorten?

Aktivitetskorten ligger på sidan Ta fram en aktivitet, ordnade i kategorier. Välj om du vill se ett kort eller sex, och tryck på en kategori. Varje tryck ger nya kort. Tryck på bocken i hörnet på de kort du vill ha, så hamnar de i listan att skriva ut. Slumpa igen, lägg till fler och skriv ut listan. Kortet är ett A4 med rubrikerna Så gör ni, Material och Att tänka på. Tiden på kortet gäller alla fem delarna, och kortet säger om eleverna

rör vid varandra. En aktivitet som tar mer än 30 minuter, till exempel hälften av dem i Skapa och bygga, delar ni upp på två pass, och båda passen slutar med återkopplingen och tacket. I det andra passet säger en elev målet och var ni slutade, och sedan fortsätter ni i Genomför. Aktivitetens andra pass gör ni nästa gång ni har ett pass utan gruppreflektion. Gör gärna samma aktivitet flera gånger, eftersom gruppen samarbetar bättre i en aktivitet som den känner igen. Spara de kort som gruppen har gjort och vill göra igen.

Brainbreakkorten ligger på sidan Ta fram en brainbreak, ordnade i kategorierna Rörelse, Dans & rytm, Lek, Hjärngympa och Lugn. Sidan slumpar fram sex ur alla eller ur en kategori, och gruppen väljer ett. Kortet visas stort med en klocka som är ställd på kortets minuter, och du kan sätta på glad och peppig musik, dansmusik och modern musik eller lugn och avslappnad musik från sidans radio. Du startar klockan och är själv med, och du avslutar genom att räcka upp handen och säga stopp. Ska gruppen orka mer efteråt, gör ni två eller tre pigga brainbreaks i rad och sist en lugn, så att pausen blir omkring tio minuter.

Ta fram en aktivitet: niclasfohlin.se/gruppstarkande

Ta fram en brainbreak: niclasfohlin.se/brainbreaks

En aktivitet som du väljer, eller gör själv, ska klara fyra krav:

Alla behövs	Alla kan delta	Alla känner sig accepterade	Det är roligt
Gruppen lyckas bara tillsammans, och ingen åker ut eller vinner.	Den som tvekar har en roll, och det finns en väg utan beröring.	De andra hjälper och hejar, och ingen står ensam inför gruppen.	Gruppen skrattar och firar tillsammans.

Kategorierna

Kategori	Välj den när	Till exempel
Lära känna varandra	gruppen är ny eller några inte känner varandra	Berätta mera och Venndiagram
Trygghet och gemenskap	eleverna behöver lita på varandra och ha roligt tillsammans	Magisk promenad och *”Spegel, spegel”*
Samarbetsutmaningar	gruppen är redo att lösa något som ingen klarar ensam	Rockringen och *”Marken är lava!”*
Gemensamma mål	gruppen ska sätta mål, ta beslut, reda ut ett problem eller skiljas	Strategimöte och Uppskattningsnätet
Skapa och bygga	gruppen ska skapa något gemensamt att vara stolt över	Tidningstornet och Gruppens blomma

Progression över insatsperioden

Vecka	Fokus	Lärarens roll	Eleverna blir bättre på
1–4	Kort utan beröring ur Lära känna varandra och Trygghet och gemenskap.	Du modellerar kortets beteende och säger högt vad någon gör för gruppen.	Att lyssna, turas om och heja på varandra. Att säga vad någon annan gjorde för gruppen och tacka för det. Gå vidare när de flesta ringar in 4 eller 5 på *”Jag känner mig trygg i gruppen”* i Vår grupp.
5–7	Kort ur Samarbetsutmaningar, Gemensamma mål och Skapa och bygga, och kort med beröring när gruppen är trygg.	Du säger i Förklara vad gruppen ska bli bättre på och modellerar det.	Att samarbeta mot ett mål som gruppen bara når tillsammans. Att pröva igen när något går fel.
8 till det sista	Eleverna föreslår gruppreflektionens två meningar.	Du frågar om alla kan stå bakom meningarna och skriver dem på tavlan.	Att säga vad gruppen gör bra och vad den ska bli bättre på.

Gruppen över tid

Gör en eller två aktiviteter i veckan så länge gruppen behöver det, och gärna två de första sex veckorna. Efter tolv veckor är diagrammet i Lärarens skattning fullt, och du bestämmer hur ni går vidare. Har linjen legat på 7 eller mer de fyra sista veckorna, och ringar de flesta in 4 eller 5 på varje påstående i Vår grupp, avslutar ni insatsen. Om gruppen inte har kommit så långt, men linjen har stigit sedan ni började eller ligger på 7 eller mer, fortsätter ni en period till med ett nytt diagram i Lärarens skattning. Veckorna räknar du då vidare, vecka 13 och framåt, och bara diagrammet börjar om på vecka 1. Har linjen inte stigit och ligger under 7, tar du upp gruppen med elevhälsan. Byter du grupperna i en klass, börjar de nya grupperna med ett kort ur Lära känna varandra. När gruppen ska skiljas, gör ni en avslutande aktivitet ur Gemensamma mål, som Uppskattningsnätet. I återkopplingen läser du upp raden nederst i Lärarens skattning och säger vad ni har blivit bättre på. Har veckan en gruppreflektion, gör ni avslutningen i stället. Vecka 12 är en vanlig vecka. Avslutar ni insatsen, gör ni avslutningen i passet efter beslutet. Lärarens skattning, Gruppreflektion och bladet Vår grupp står under Materialet. Pågår kränkningar, eller skattar du 1 eller 2, går skolans rutin före raderna. Vänta då med aktiviteterna tills det går enligt rutinen. Säger två av raderna om linjen och beröringen emot varandra, gör du det som står först.

Lärarens skattning varje vecka	Skatta gruppen i Lärarens skattning.
Gruppreflektion varannan vecka	Från vecka 2 fyller eleverna i Vår grupp, och du leder en gruppreflektion efter en kort aktivitet i ett av veckans pass. I de två veckorna efter modellerar du det gruppen ska bli bättre på.
Kort utan beröring vecka 1–4	Välj kort utan beröring ur Lära känna varandra och Trygghet och gemenskap på sidan Ta fram en aktivitet. Sedan väljer du fler kort ur Samarbetsutmaningar, Gemensamma mål och Skapa och bygga.
Linjen i Lärarens skattning nedåt två veckor i rad	I de två veckorna efter gör ni två aktiviteter i veckan ur Trygghet och gemenskap. Välj kort utan beröring, gärna sådana som gruppen redan kan, och ta upp det du har sett i nästa gruppreflektion.
Kort med beröring	Välj dem från vecka 5, när de flesta ringar in 4 eller 5 på ”Jag känner mig trygg i gruppen” i Vår grupp.

Linjen i Lärarens skattning under 7 i fyra veckor, utan att stiga	Välj kort ur en kategori som ni inte har använt på länge, och fråga i gruppreflektionen vad ni kan bli lite bättre på.
Linjen i Lärarens skattning på 7 eller mer i fyra veckor	Ringar de flesta också in 4 eller 5 på varje påstående i Vår grupp, gör en aktivitet i veckan och en gruppreflektion i månaden i stället för varannan vecka. Går linjen under 7, gör ni som förut.

Mål: vad eleven ska kunna göra efter insatsen

Det övergripande målet är att eleven ska kunna samarbeta mot ett mål som gruppen bara når tillsammans, och pröva igen när något går fel.

Efter perioden ska eleven oftare kunna:

□ samarbeta mot ett mål som gruppen bara når tillsammans	□ lyssna, turas om och heja på varandra
□ pröva igen när något går fel	□ säga vad någon annan gjorde för gruppen och tacka för det
□ säga vad gruppen gör bra och vad den ska bli bättre på	

Checklista inför första gången

□ Jag har läst kortet, tagit fram materialet och vet vilket beteende jag modellerar.
□ Jag har tänkt ut en roll åt den som kan tveka.
□ Jag visar stoppet första gången, med handen i luften och ordet stopp, och gruppen prövar det.
□ Jag har skrivit ut Lärarens skattning, och bladet Vår grupp till den första gruppreflektionen.

Kort om grunden

Metoden bygger på kapitlet om gruppstärkande övningar och samarbetande aktiviteter i Gruppstärkande ledarskap (Fohlin och Wilson, 2023). I ett samarbete når eleverna målet bara tillsammans, och en sammanställning av 148 studier med elever i åldern 12–15 år visar att samarbete i undervisningen ger bättre kamratrelationer och högre prestationer än tävling och arbete var för sig (Roseth m.fl., 2008). I klasser där lärarna oftare sa högt vad elever med låg status kunde och bidrog med, deltog de eleverna mer (Cohen och Lotan, 1995), och därför säger du högt vad någon gör för gruppen. I en svensk studie av kooperativt lärande i åk 5 var samtalet om hur gruppen hade fungerat den del som lärarna gjorde minst av (Klang m.fl., 2020), och därför har gruppen en gruppreflektion varannan vecka. I en sammanställning av studier med elever i åldern 5–12 år arbetade eleverna mer med uppgiften direkt efter rörelse i klassrummet, som oftast pågick i omkring tio minuter (Watson m.fl., 2017).

Bygger på Fohlin och Wilson, Gruppstärkande ledarskap (2023), Fohlin m.fl., Grundbok i kooperativt lärande (2017), Roseth m.fl. (2008), Cohen och Lotan (1995), Klang m.fl. (2020), Watson m.fl. (2017), Hodges m.fl. (1999), Östberg (2003), Folkhälsomyndigheten (2023), Friends (2025) och Skolverket (2011, 2022).

Bilderna i filmerna och figurerna På bordet: Fluent Emoji, © Microsoft Corporation, MIT-licens.

Gemenskapen i gruppen, enligt forskningen

Att höra till en grupp är ett av människans grundläggande behov, och i skolan påverkar det både hur eleverna mår och hur de lär sig. I en grupp där eleverna trivs tillsammans och litar på varandra vågar fler pröva, fråga och göra fel. Samarbetande aktiviteter hjälper eleverna att hitta sin röst och sin plats i gruppen, och de skapar ett vi. I aktiviteterna bygger eleverna relationer och vänskap, utvecklar sin sociala förmåga och får en grund för lärandet, enligt boken Gruppstärkande ledarskap (Fohlin och Wilson, 2023). Sammanhållning och vänskap kommer inte av sig själva. De växer långsamt, och de växer när eleverna gör saker som de bara klarar tillsammans.

Det forskningen visar	Vad det betyder för dig
Läsåret 2021/22 hade 54 procent av de 11-åriga flickorna högt stöd från klasskamraterna. Bland de 13- och 15-åriga flickorna var det drygt 40 procent och bland pojkarna 58–65 procent. Andelarna var lägre än läsåret 2009/10 (Folkhälsomyndigheten, 2023).	Folkhälsomyndigheten mäter stödet med tre påståenden om klassen. På bladet Vår grupp är de påstående 1, 2 och 4, med gruppen i stället för klassen.
Tre av tio elever i åk 4–9 känner sig inte som en del av gemenskapen på skolan (Friends, 2025).	Också i en liten undervisningsgrupp kan någon känna sig utanför.
I klasser med ett gott klimat mellan eleverna hjälper de varandra mer, kränker varandra mindre och kan i högre grad ägna sig åt det de ska lära sig (Skolverket, 2022).	Gemenskapen är en del av undervisningen.
Barn vars vän också räknade dem som en vän tog mindre skada av mobbning (Hodges m.fl., 1999).	Se till att varje elev har en vän.
I klasser där statusen var jämnare fördelad mådde barnen bättre, oavsett vilken status de själva hade i klassen (Östberg, 2003).	En grupp där alla är med hjälper alla.

Det forskningen visar	Vad det betyder för dig
Femton veckor med kooperativt lärande i åk 5 gjorde eleverna lite mer accepterade av kamraterna, men det syntes ingen säker skillnad i vem som var vän med vem (Klang m.fl., 2020).	Vänskap kan ta längre tid än femton veckor. Följ gruppen vecka för vecka.
Särskilda lektioner i social kompetens, som skolorna schemalade i alla klasser oavsett behov, hängde ihop med mer mobbning bland flickor och yngre pojkar (Skolverket, 2011).	Gör aktiviteterna när gruppen behöver dem, och så länge den behöver dem.

Kärnkomponenterna

En aktivitet är gruppstärkande när gruppen bara kan lyckas eller misslyckas tillsammans. Boken Gruppstärkande ledarskap (Fohlin och Wilson, 2023) beskriver tre sätt att nå ett mål: att tävla, att arbeta var för sig och att samarbeta. Aktiviteterna i metoden är samarbetande. Boken beskriver också sex ingredienser som en sådan aktivitet behöver, och de är metodens kärnkomponenter. Gör du en egen aktivitet, utgår du från dem och prövar den mot de fyra kraven.

Kärnkomponent	Vad den betyder	Så syns den i aktiviteten
Gruppidentitet och trygghet	Gruppen blir ett vi, och eleverna litar på varandra.	Eleverna hälsar på varandra, hejar och firar, och efteråt tackar de varandra.
Inkludering och acceptans	Ingen elimineras, och de andra hjälper och hejar.	Kortets Att tänka på säger hur alla kan vara med.
Positivt ömsesidigt beroende	Vi lyckas bara om alla lyckas.	Du säger gruppens mål innan ni börjar.
Roller och ansvar	Var och en vet vad hen gör, och rollerna byts.	Alla har en uppgift, som att ta tiden eller peppa.
Social utveckling och gemensamt problemlösande	Gruppen pratar strategi, prövar och prövar igen.	Gruppen planerar innan den börjar. I återkopplingen och i gruppreflektionen pratar den om hur det gick.
Gemensam glädje	Att lyckas tillsammans och att misslyckas tillsammans svetsar ihop.	Gruppen skrattar tillsammans när något går fel och firar när det går bra.

> Kärnkomponenterna och vad de betyder är hämtade ur Gruppstärkande ledarskap (Fohlin och Wilson, 2023).

Gör om en lek till samarbete

Många lekar som du redan kan går att göra om till samarbetslekar. Små ändringar gör stor skillnad.

I leken finns	Gör så här
poäng och en vinnare	Ta bort poängen, eller lägg ihop allas poäng och fira när gruppen når en summa som ni har bestämt.
någon som åker ut	Låt den som missar byta grupp eller roll, som i kortet *”Simon säger, ingen åker ut”*.
en uppgift som en elev klarar ensam	Lägg in ett hinder som kräver två eller tre elever, eller ge varje elev en del av materialet.
ett lopp på tid	Låt gruppen slå sitt eget rekord. I en klass berättar grupperna för varandra hur de gjorde.
några som gör och några som väntar	Byt roller och platser tills alla har prövat varje roll och plats.
ett mål för var och en	Gör målet till hela gruppens, så att ni är klara när alla har klarat det, och fira tillsammans.

> Raderna bygger på de tretton sätten i Gruppstärkande ledarskap (Fohlin och Wilson, 2023).

Din roll när gruppen ska bli en grupp

Det räcker inte med aktiviteterna. Boken Gruppstärkande ledarskap beskriver fem saker som du gör för att gruppen ska bli trygg, både i aktiviteterna och under resten av dagen.

Gör så här	Till exempel
Var en förebild	Lyssna, var nyfiken och skratta med eleverna. Säg oftare *”fundera tillsammans”* och *”ta hjälp av varandra”* än *”var tysta”*.
Tänk långsiktigt	En grupp blir inte trygg på en eftermiddag. Låt eleverna först lära känna varandra och bli trygga, och ge dem sedan mål som de bara når tillsammans. Följ gruppen i gruppreflektionen.
Modellera och ge verktyg	Visa beteendet i Modellera. Skriv gärna några exempelfraser på tavlan tillsammans med eleverna: *”Får jag ta din hand?”*
Värna elevernas integritet	Prata om samtycke och om hur ni tar emot det som andra säger. Den som vill får titta först.
Lyft fram det eleverna gör för varandra	Säg högt vad någon gjorde och varför det hjälpte: *”Jag såg att Ali och Sara tittade på varandra så att de kunde skicka rockringen på bästa sätt. Det gjorde att ni lyckades bättre.”* Gör det också på lektionerna.

> Raderna bygger på Gruppstärkande ledarskap (Fohlin och Wilson, 2023).

Fler frågor efter en aktivitet

Kortets fråga räcker oftast. Vill gruppen prata mer i återkopplingen, väljer du en fråga ur tabellen. Boken Gruppstärkande ledarskap delar in frågorna i fem slag. I gruppreflektionen bestämmer ni vad gruppen ska bli bättre på.

Slag	Så kan du fråga
Öppna frågor	*”Vad var roligt i aktiviteten?” ”Hur hjälpte du din grupp?”*
Frågor kring känslor	*”Hur kändes det när alla i gruppen hade tagit sig igenom banan?” ”Hur kändes det när de andra hejade på dig?”*
Analyserande frågor	*”Vad gjorde att ni lyckades?” ”Skulle den här aktiviteten passa för förskoleklassen?”*
Filosofiska frågor	*”Är det bättre att vinna själv eller tillsammans med en grupp?” ”Är det bra att kunna samarbeta som ni gjorde nu? När kan det behövas i livet?”*
Framåtsyftande frågor	*”Vad kan ni göra bättre nästa gång?” ”Hur skulle du förändra aktiviteten nästa gång?”*

> Slagen och frågorna är hämtade ur Gruppstärkande ledarskap (Fohlin och Wilson, 2023).

Materialet, planeringsmallarna och lathunden hör inte till den här filen. De står på niclasfohlin.se/stodundervisning/gruppstarkande-aktiviteter och i filen Allt om metoden.