

# Gör dig redo att tävla!

Ämnet inkludering kan bäst övas genom lagbyggande spel. Den här lektionen kommer att fokusera på vikten och nödvändigheten av att inkludera alla för att uppnå ett lagmål genom ett stafettlopp.

## Delkoncept för delaktighet

Rättvisa, vänlighet

## Lektionens tidsram

25-30 minuter

## Nödvändigt material

- ☐ Flytta den! Kort (se nedan)
- ☐ Stort papper

## Standardkarta

Den här lektionen överensstämmer med CASEL-kompetenser, nationella hälsoutbildningsstandarder och gemensamma centrala statliga standarder. Vänligen se [Standardkarta](#) för mer information.



DESIGNERAD AV CASEL  
SOM ETT REKOMMENDERAT PROGRAM  
FÖR SOCIALT OCH EMOTIONELLT LÄRANDE.  
Se sista sidan för detaljer.

## Lektionens mål

Eleverna kommer att:

- Implementera konceptet med inkludering genom att slutföra ett lagfokuserat stafettlopp.
- Demonstrera sätt att inkludera andra som har olika förmågor.

## Läraranslutning/Självvård

Förmågan att arbeta tillsammans i ett team är en som används under hela våra vuxna liv. Din undervisningspartner, din klassspecifika lärargrupp, din skola och till och med ditt distrikt drivs alla av strukturerade team som måste hitta en gemensam grund för att uppnå ett gemensamt mål. Ditt tilldelade team korrelerar dock inte nödvändigtvis med ditt önskade team. De färdigheter du använder i ditt klassrum varje dag kan och bör tillämpas på de olika team, kommittéer och styrelser du sitter i både i skolan och utanför. Förvänta dig inte att vara perfekt. Vi har alla våra fel. Det är lättare att se utåt än att personligen reflektera. Innan du börjar klaga eller kämpa med din grupp, ställ dig själv dessa tre frågor:

Hur kan jag hjälpa?

Hur kan jag vara ett problem för andra?

Hur kan jag hjälpa saker att gå rätt?

Vi har alla styrkor och svagheter. Att vara öppen med dem kan hjälpa dig i alla lagsituationer. Var uppriktig med både vad du kan erbjuda och var du kan kämpa!

## Tips för olika elever

- Granska bildkortet för varje actionkort som används under spelet i förväg och använd kroppsspråk för att demonstrera dem.
- Dela upp grupper i förväg genom att variera förmågor för att öka delaktigheten.
- Lägg till kort baserat på de fysiska behoven i ditt klassrum efter behov. (tomma kort ingår nedan)



## Dela med sig

5 minuter

- Vad betyder "speciell"?
- Nämn en sak som gör dig speciell.
- Vänd dig till personen bredvid dig och berätta varför en av dina speciallärare är extra speciell. (konst, idrott, musik, etc.)



## Inspirera

### Vad är inkludering?

7-10 minuter

Förklara hur viktigt det är att inkludera andra. När vi inkluderar dem säger vi till dem att de är speciella och att vi vill spendera tid med dem. Ordet inkludering är bara ett större sätt att säga att alla förtjänar att inkluderas. Hör du likheterna mellan de två orden? INKLUDERA och INKLUDERA. När vi inkluderar andra visar vi inkludering!

### Hur kan vi praktisera inkludering?

5-7 minuter

Förklara att utövande av inkludering kräver vänlighet ochmod. Vi kan hjälpa andra att känna sig inkluderade helt enkelt genom att be dem spela med oss, heja på dem under våra spel och le när de pratar. Använd ett stort papper och rita en stor rektangel uppdelad i fyra sektioner och skriv ordet inkluderande i mitten. Märk varje ruta med en annan plats (hem, skola, lekplats, dagis, etc. är alla exempel) och brainstorma sätt att öva inkludering i varje område. Häng upp pappret och hänvisa till det när du ser barn utanför!



## Bemyndiga

5 minuter

För att träna denna färdighet kommer klassen att ha ett stafettlopp. Målet för varje lag är att inkludera varje lagmedlem i stafetten.

### Steg 1

Dela in klassen i 3-4 grupper beroende på klassstorlek och utrymme. Du bör ha mellan 6 och 8 elever i varje grupp. Detta lopp kan göras genom att flytta skrivbord till kanten av klassrummet, i gymmet eller utomhus om vädret tillåter.

### Steg 2

Förklara spelets regler. Varje lagmedlem måste välja ett kort från "Flytta det!" lugg. Betona att de har förmågan att byta ut ett kort och välja ett som fungerar för dem. Varje kort har en bild av HUR de måste gå över rummet och tillbaka. Nästa person kan inte gå förrän de taggar sin hand. Placera en startlinje på golvet för alla lag; maskeringstejp fungerar bra. *Obs: denna aktivitet är lätt anpassad för olika förmågor. Personer i rullstol kan rulla, fysiskt begränsade elever kan få hjälp av en annan elev osv.*

### Steg 3

Ge eleverna 5-7 minuter att identifiera vilken typ av flyttkort de ska kopiera. Eleverna måste arbeta tillsammans som ett team för att inkludera varje person i sitt team. Om det finns personer som behöver vissa kort måste teamet arbeta tillsammans för att inkludera dem. Du kommer att behöva gå runt och ge hjälp åt grupper med olika elever. Håll språket positivt och inkluderande.

### Steg 4

Lopp! Du kan göra detta på två sätt: tajma varje lag och se om de kan slå sin egen tid eller få alla lag att tävla samtidigt.



## Reflektera

3-5 minuter

Efter att stafetten är klar, ha en diskussion om inkludering.

- Kände någon sig utanför under vårt lopp?
- Vilken typ av flytt gjorde du under loppet?
- Hur valde du ditt kort?
- Var det lätt för dig att delta?
- Kände du dig inkluderad idag?

Ämnet om inkludering kan vara svårt att förklara för denna åldersgrupp. Men dagisbarn förstår hur det känns att stå utanför. De blir också medvetna om olika förmågor och kan förstå hur det känns att inte vara tillräckligt snabba, smarta etc. Detta spel låter dem arbeta tillsammans för att ge hela laget möjlighet att slutföra loppet på det sätt som fungerar bäst för varje spelare.



## Förlängningsidéer

- Skapa andra stafettlopp som en klass för att träna lagbygge och klassmoral. Beroende på din klasssammansättning kan stafetter inkludera: att blåsa papper med ett sugrör, sparka bollar genom kottar, dribblingar, trebent lopp, etc.



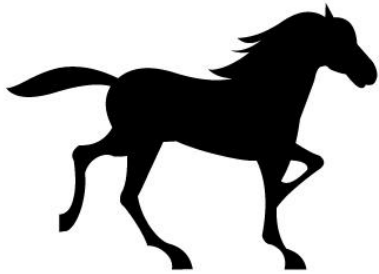
DESIGNERAD AV CASEL  
SOM ETT  
REKOMMENDERAT  
PROGRAM FÖR SOCIALT  
OCH EMOTIONELLT  
LÄRANDE.

Samarbetet för akademiskt, socialt och emotionellt lärande (CASEL) har granskat evidensbaserade SEL-program sedan 2003. Kindness in the Classroom® uppfyller CASELs SELECT-program och ingår i CASEL Guide till effektiva sociala och känslomässiga lärandeprogram.

Kindness in the Classroom® uppfyllde eller överträffade alla CASELs kriterier för högkvalitativ SEL-programmering. Kindness in the Classroom® fick CASELs högsta beteckning för högkvalitativ SEL-programmering.

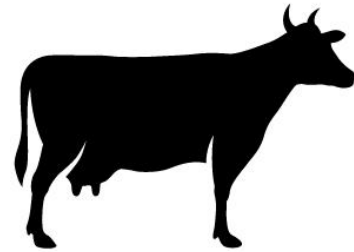
<https://casel.org/guide/kindness-in-the-classroom/>

**GALLOP like a HORSE**



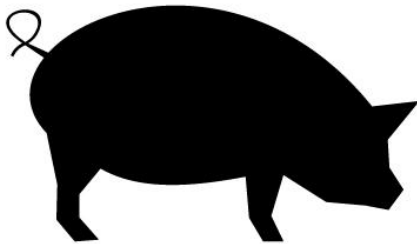
Horse by Alexey Bondarenko from the Noun Project

**STOMP like a COW**



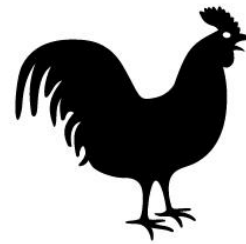
Cow by Alessandro Suraci from the Noun Project

**ROLL like a PIG**



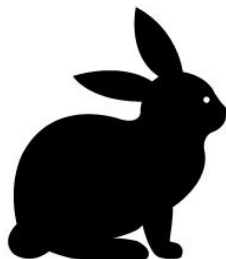
Pig by Andy Mc from the Noun Project

**STRUT like a ROOSTER**



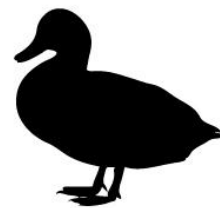
Rooster by Dolly Holmes from the Noun Project

**HOP like a BUNNY**



Rabbit by Madeleine Bennett from the Noun Project

**WADDLE like a DUCK**



Duck by bmljrlleff from the Noun Project

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®



**WALK SLOWLY**



Walk by Adrien Coquet from the Noun Project

**WALK ON ONE FOOT  
with a HELPER**



Walk by Adrien Coquet from the Noun Project

**WALK using CRUTCHES**



crutches by Loudoun Design Co. from the Noun Project

**ROLL like a BICYCLE**



Bike by romzicon from the Noun Project

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION

**RANDOM ACTS OF KINDNESS**  
FOUNDATION®

