

PEPP SKOJBOXEN

Här är en lista på 38 skojiga aktiviteter som ni kan använda i er skojbox som en del av skojlotteriet i samlingarna. Aktiviteterna finns i kategorierna lekar, konst och dans & rörelse. Ett barn i taget får dra en skojlott och sen gör ni den tillsammans antingen genast eller när ni hunnit ställa i ordning. [HÄR](#) kan ni printa ut bilder till de olika aktiviteterna. Laminera dem så håller de längre.

Bekanta er med aktiviteterna på förhand och välj ut de ni tycker passar er grupp. Konstaktiviteterna kräver mera förberedelse och att man har skaffat materialen. Danserna kräver att ni förbereder musiken. För att se en video på hur man använder skojboxen klicka [HÄR](#)

PEPP SKOJBOXEN – ROLIGA LEKAR



“Lek är barnets jobb” sa kändispedagogen Maria Montessori redan på 60-talet. Barn engagerar sig genom lek i det mest omfattande tillvägagångssättet för lärande som omfattar kognitiv, fysisk, social och emotionell utveckling. I leken utvecklar vi problemlösnings- och beslutsförmåga, känslofärdigheter, kompisfärdigheter, självkänsla, karaktär, motoriska färdigheter och vardagsfärdigheter. Att leka är ett naturligt och roligt sätt för barn att hålla sig aktiva, må bra och vara glada. För att ha god fysisk och psykisk hälsa behöver de olika lekmöjligheter från födseln tills de är tonåringar. PEPP Skojboxens lekar och aktiviteter har skapats för att INSPIRERA till en värld av förundran, utforskning och barnledda upptäckter.

PEPP-skojbox lekar:

Hur mår du? sången

Sätt er i ring och sjung om dagens känsla. Skapa en enkel melodi där barnen sjunger till exempel: "Hur mår du idag, idag, idag? Hur mår du idag? Säg mig hur du mår?". Låt varje barn svara med sin känsla, till exempel "Jag är glad idag!" och be dem förklara varför dom känner sig så.

Butikspeken

Skapa enkla vardagsscenarier som barnen kan spela ut, till exempel att leka matbutik där man visar respekt och vänlighet mot andra. Man övar sig att hälsa på folk, fråga om olika produkter och priser, vara varsam med andras saker, vänta, köa och tacka. Dela upp rollerna i butiken, någon är i kassan, någon kanske städar i hyllor, någon är kund...

Sjukhuspeken

En annan vardagslek. Där kan dockorna/gosedjuren vara sjuka och barnen kan vara läkare, sjukskötare eller förälder som hämtar in sjukt barn.

Restaurangleken

Ytterligare en vardagslek. Nu kan dockorna/gosedjuren vara kunder och barnen servitörer, kockar, bagare, portierare, städare som ser till att alla får mat, restaurangen är fin och alla är nöjda.

Känslobingo

Skapa en bingobricka med olika ansiktsuttryck (glad, arg, ledsen, överraskad osv.). Sen väljer ni en bok och medan barnen lyssnar på sagan kan de kryssa över ansikten som matchar känslorna hos karaktärerna. Sedan kan man diskutera med barnen olika delar av sagan och deras bingosvar.

Skattjakt på känslor

Gå på "känslojakt" i olika miljöer, till exempel inne på daghemmet eller ute på gården. Barnen kan gå i par eller i grupp med stöd av en småbarnspedagog och hitta bilder på

figurer eller människor med olika ansiktsuttryck och kroppsspråk. Man kan diskutera med barnen till exempel vad det är för ansiktsuttryck, hur ansiktsuttrycket ser ut osv.

Lyssnande promenad

Gå långsamt genom din miljö, inomhus eller utomhus, och lyssna efter de mest subtila ljuden.

Levande staty

Barnen ska tillsammans skapa en levande staty som inspirerats av rymden/skogen/havet eller den plats ni tycker passar. Kanske inspirerat av en saga ni nyligen läst eller en teater ni sett. Ge barnen en liten stund att tänka på hur det skulle kunna låta på det stället ni bestämt att statyn ska vara i. En pedagog kan börja statyn och sedan intar barnen en statyposition i närheten av pedagogen. Med äldre barn kan var och en lägga till ett ljud till sin statydel.

Berg och dalar

Placera ut plastkoner inom ett bestämt område, hälften av konerna ska vara uppåt och andra hälften neråt eller på sidan om du har större koner. Dela spelarna i två lag: bergen och dalarna. Bergen ska försöka vända koner uppåt och dalarna strävar till att få konerna neråt. Påminn spelarna att akta varandra och att spelet börjar och slutar då någon ropar HEP eller blåser i visselpipa. Man vänder konerna med sina händer och det ska göras någorlunda försiktigt. Man får inte röra konerna med sina fötter. Låt spelarna vända koner i ca en minut, blås av för paus och räkna hur många berg och dalar det finns. Efter några rundor kan lagen byta berg- och dalroller.

Kompispresentation

Diskutera med gruppen hur man gör då man lyssnar uppmärksamt på en kompis och fokuserar på en annan människas tankar och upplevelser. Dela barnen i par och låt ena vara A (den som presenterar) och andra B (kompisen). I en minuts tid ska B berätta nånting om sig själv, namn, vad hen tycker om, hurdan hen är, syskon, favoritmat etc och då ska A bara lyssna på B eller fråga följdfrågor om B. Efter en minut bytes rollerna och B lyssnar i en minut på A. Efter detta samlar ni hela gruppen och alla barn får presentera sina kompisar som de lyssnat på med namn och den fakta de fått reda på.

Detektivgrodan

En person är detektiv och en annan är giftgrodan. Giftgrodan kan genom att sträcka ut tungan åt en person söva ner den och ska försöka söva ner de andra utan att detektiven märker det. Om man blir förgiftad av giftgrodan lägger man sig ner och sover. Ingen annan än giftgrodan vet i början att den är giftig. Efter att man lekt en stund får detektiven på tre gissningar försöka gissa vem i gruppen som är giftgrodan.

Flygande mattan

Barnen får sätta sig ner på en matta/filt/tygbit med lite mellanrum mellan varje barn. Vi ska ut och resa med vår flygande matta/mattor. Välj ett barn som får börja resan genom att säga vart ni ska flyga och vad vi ska göra där. Om man flyger till stranden kanske man simmar och rullar sig i sanden. Om man flyger till Lappland kanske man skidar och kastar snöbollar. Alla är med och agerar ut en destination och en aktivitet för varje person. Sedan styr ni mattan hem igen och landar.

PEPP SKOJBOXEN

Konst



Forskning visar att människor som använder sina händer för att hantera olika material mår bättre. Det finns till exempel bevis på att det hjälper oss hantera och lugna ner känsloutbrott. Konst och pyssel är bra för oss. När det kommer till konst och småbarn är det processen som är viktigare än slutresultatet. Som vuxna är vårt mål ofta att få till en fin produkt, ett färdigt konstverk av nåt slag, medan barnet upptäcker olika material, lär sig använda nya redskap, lär sig blanda färger och interagerar med världen på olika sätt.

Om man tillåter lite kaos i skapandet och låter bli att styra alltför mycket kallas det processkonst och där är huvudsaken att barnet får njuta av skapande frihet. Det kan väcka dialog mellan lärare och barn, hjälpa barn att skapa kontakter och skapa en lärandegemenskap i klassrummet.

De viktigaste principerna i processkonst är:

- Det finns INGET specifikt sätt på hur det ska se ut.
- Det finns INGET rätt eller fel sätt att göra det på.
- Det är viktigt att INTE korrigera hur/var de ritar, limmar eller målar saker.
- Den färdiga produkten är helt barnets egen.
- Det ska vara en njutbar upplevelse utan slut.
- Tillåt stök!
- Efteråt är barnen med och städar upp röran.

PEPP-skojbox konstnärliga aktiviteter:

Rita med fötterna

Sätt dig i en stol och testa att rita med tårna. Utmärkt för grovmotoriken.

Raggarritning

Tejpa fast tuschpennor på baksidan av leksaksbilar och kör runt dem på papper.

Opponerkonst

Rita under bordet. Tejpa papper under ett bord i barnstorlek och låt dem rita liggandes.

Skuggleksaker

Lägg leksaker nära papperet för att skapa skuggor och spåra skuggorna. Då kan barnet använda sin fantasi för att skapa något utifrån konturerna.

Köksredskap

Stämpling med köksredskap – Potatisstöt, plastgafflar, diskskrubb m.m. Stämpling med skräp. Stämpling med frukt eller grönsaker eller leksaker.

Spagettikonst

Knyt ihop små knippen av spagetti med gummiband eller snören. Ungefär 1,5 cm i diameter. Ställ spagettin i hett vatten så att ena ändan av "penseln" blir mjuk. Låt barnen få varsin spagettipensel och skapa konst med fingerfärgen på ett papper.



Barkkonst

Tejpa ett tjockare papper runt en trädstam och rita med kriter för att få fram mönster av barken.

Plastkonst

Lägg färg på ett papper i en ziplock-påse och låt barnet smeta och trycka ut färgen inuti påsen.

Dansande penslar

Häng upp ett stort papper på väggen. Sätt på musik. Låt barnen i tur och ordning dansa/hoppa/göra fria rörelser förbi och göra ett avtryck på det gemensamma pappret

Meditationspinne

Böj din piprensare i ändan så att dina pärlor inte ramlar av. Dra 6-8 pärlor på din piprensare och böj den andra sidan när du är klar. Gör en djupandningsövning tillsammans när alla har gjort sina meditationspinnar. För försiktigt en pärla till den motsatta änden av pinnen medan du andas långsamt in och sedan ut. Upprepa att flytta pärlorna och ta djupa andetag tills du har flyttat alla pärlorna från ena änden till den andra.



Talpinne

"Talking stick" - en talpinne - användes av indianer i de nordamerikanska stammarna för att fördela ordet vid rådens möten. Hitta en 20-30 cm pinne på gården eller i naturen som ni tillsammans dekorerar. Den kan pyntas med snören, fjädrar, glitter, tygbitar, piprensare, klistermärken. När pinnen är klar kan ni sätta er i ring. Pedagogen ställer en fråga och låter talpinnen gå från person till person. Den som håller i pinnen delar med sig till de övriga av sina tankar, funderingar och personliga erfarenheter utifrån den ställda frågan. Den som håller i pinnen får tala ostört. Ingen är tvungen att tala utan kan låta pinnen gå vidare. Med talpinnen kan ni skapa lugn och fokus i samlingarna, uppmuntra alla att delta i diskussioner och lära barnen vänta på sin taltur.

Smiley-tallrikar

Skapa en egen smiley genom att måla dagens känsla på en tallrik med fingerfärg. Under processen kan man till exempel prata och diskutera med barnen om känslor och hur man uttrycker känslor. För pysslet kan man ha olika teman: "Hur barnen känner sig idag?", "Hur känner barnen sig på daghemmet?" eller "Hur känner barnet sig hemma?".

Mandala

Skapa en naturmandala/ legomandala/knappmandala/julpyntsmandala i små grupper på 2-4 pers.



Färgblandning

Alla barn får mixa ihop en egen färg och ge den ett namn. Den vuxna sätter en start av färger i burken och låter barnet blanda ihop dem med en pensel. Den vuxna gör olika färger till alla deltagare (annars finns risk att alla burkar blir lera-färg om barnen själv får bestämma färger). Man kan ge dem fina namn som rosa pyjamas, krokodil, natthimmel, mammas kaffe. Sen kan vi börja måla med gruppens nya färger.

Behövs: vattenbaserade akrylfärger, papper, penslar, genomskinliga små glas eller plastburkar och målartejp att märka varje burk med. Lika många burkar som deltagare, lika många penslar som burkar/deltagare. Varje burk har egen liten/tunn pensel.



PEPP SKOJBOXEN

Dans och rörelse



Musik och rörelse är utmärkta sätt att hjälpa barn med känslomässig utveckling. Rytmen och takten i en låt påverkar vårt humör och lockar till att uttrycka känslor och kreativitet. Studier visar att barn som tar musiklektioner har bättre sociala färdigheter, självkänsla och självförtroende än barn som inte gör det. En studie visade på att körsång hjälpte tonåringar att känna sig kopplade till sina kamrater. Musik handlar trots allt om uttryck och att våga ta plats. Dans stöder också det som kallas kroppspositivism – det att man tycker om sin kropp och vad den kan göra. Kroppspositivism motverkar den smala syn på skönhet och ideal som media försöker definiera.

PEPP-skojbox dans och rörelse:

Trasselvisan

Nalles och Björns dans och sång finns också på Youtube, där kan ni dansa och sjunga tillsammans med oss så många gånger ni vill. Sångtext finns i texten efter Youtubeklippet på denna [länk](#)

Känslostorm

Spela olika musikstilar och be barnen röra sig så som musiken får dem att känna sig. Tips på bra dansmusik med många varierande känslor finns i listan nedan. När musiken stannar måste alla hitta en kompis/en vuxen, man kan vara flera i samma grupp! Sedan läggs en ny låt på med en ny känsla. För variation kan ni lägga till rekvisita som känslomasker skapade av papperstallrikar.

Gosedjursdans

Alla tar sitt eget eller ett lånat gosedjur och dansar med det.

Maskerad dans

Dans med rekvisita från kostymlådan. Ge barnen fritt val av kläder eller styr upp ett tema som till exempel luciadisco, aliendisco, påskharens bal, sommardans, slottsbal, kattkompisarnas dans, trasdockornas party, sjörövarfest, robotdans... Beroende på vad ni har i maskeradlådan och rekvisitalådan.

Silkesdans

Sätt på lite klassisk musik och ta fram varsin silkessjal som man låter flöda i luften medan man dansar. Vackert och lugnande sätt att röra sig och sjalen hjälper barnen ha fokus på annat än sina dansrörelser.

Vänskapsdans

Spela musik och låt barnen dansa två och två. Byt par med jämna mellanrum så de får dansa med olika kompisar. Detta hjälper barnen att interagera med olika personer och vara öppna för nya kompisar.

Stampa ut det

Stampa ut känslor så som stora dinosaurier eller små möss. Hur stampar ett möss ut sin ilska. Hur rör sig en rädd dinosaur? Hur hoppar en glad ekorre som just hittat världens godaste nöt? Låt barnen hitta på ett djur och en känsla i taget och sen gör ni rörelsen tillsammans i hela gruppen. Alla barn får vara med och föreslå ett djur med en känsla.

Ballongdans

Sätt på lite musik och blås upp några ballonger. Dansa runt till musiken, men låt inte ballongen träffa golvet!

Näsduksdans

Spela lugn, klassisk musik och låt barnen sätta en näsduk på sitt huvud. Nu ska man dansa så lugnt att näsduken (utan att hålla i den) ska hållas på huvudet så länge som möjligt. Ni kan också variera med att dansa med en duploklosse eller bok på huvudet.

Musikaliska statyer

Medan musiken spelar måste barnet försöka stå stilla som en staty. När musiken slutar kan barnet slappna av och skaka ut kroppen.

Simma som ett havsdjur

Spela upp djuphavsljud och simma runt som ett havsdjur till dessa lugnande ljud. Här ett ljudklipp med undervattensljud:

https://www.youtube.com/watch?v=la_AEFO8m7U

Sovande kaniner

Barnet stannar i hukande ställning tills det är dags för kaninen att vakna och börja hoppa. Om man vill kan man byta sovande djur efter hand och vara sovande katter, sovande myggor, sovande renar... Leken kan göras utan musik men här är ett exempel med en engelsk sång:

<https://www.youtube.com/watch?v=DhL62ByabDA>

Förslag på dansmusik:

Johann Sebastian Bach: Air on G String

Johannes Brahms: Lullaby

Mozart: Turkish March

Chopin: Nocturne op.9 No.2

Edvard Grieg: Bergakungens sal

Johann Strauss II: The Blue Danube Waltz

Johannes Brahms -- Hungarian Dance No.5

Säkkjärven polka

Björk: Oh so Quiet

Chubby Checker: Limbo rock

Chubby Checker: The twist

Pinkfong: Baby shark

Shakira: Waka Waka (This Time for Africa)

Pharell Williams: Happy

Los del Rio: Macarena

Axel F: Crazy Frog

PSY: Gangnam style

Lil nas X: Old Town Road

Tones and I: Dance monkey

Nathan Evans: Wellerman

Klicka [Här](#) för att komma till bilderna för alla aktiviteter som ni kan printa ut och laminera.