






AMAZON

ALLT HÄNGER SAMMAN

ÖVNING  
ORDNINGS-  
BRYTNINGAR &  
PERSPEKTIV-  
BYTEN



SYMBOLFÖRKLARINGAR

				
LÅNG 30-45 min	KORT 10-20 min	RÖRELSE I FOKUS	MER- FÖRBE- REDELSE	BETYGS- GRUNDANDE UPPGIFTER



**TILLHÖR INTRODUKTIONSMODUL: Introduktion Allt hänger samman**

## SYFTET

### ORDNINGSBRYTNINGAR & PERSPEKTIVBYTEN

Syftet med övningen är att medvetandegöra eleverna om att vi lever i invanda ordningar, samt att stimulera kreativitet och innovationsförmåga. När vi tittar, rör oss och upplever på nya sätt - blir det också möjligt att tänka nya tankar och komma på nya lösningar.

**KOPPLAT TILL KURSPLANEN FÖR: Idrott och hälsa, biologi och samhällskunskap**

**KORT ÖVNING: 10-20 min**



**LÄNK: Tillhörande guidad ljudfil >>**

### HAR DU TÄNKT PÅ ...?

Har du tänkt på att du ofta gör saker på samma sätt? Går samma väg till skolan varje dag. Borstar tänderna på samma sätt som du gjorde igår. Och när du sätter dig på en stol, så tror jag att du gör det ungefär likadant varje gång.

### Vi gör några experiment så ni förstår hur jag menar

Kommer ni ihåg filmen Allt hänger samman? Då ni fick fläta samman era händer på ett ovant sätt? Prova att göra det igen!

Först flätar bara samman fingrarna som du brukar göra. När du tittar på dina händer, så ser du att den ena tummen ligger framför den andra och sedan ligger vartannat finger mot varandra som en dragkedja.



## ÖVNING

Observera om det är höger eller vänster tumme som ligger främst.

Nu rätar du upp fingrarna och sätter handflatorna och fingrarna mot varandra, sen byter du plats på tummarna – så att den andra tummen ligger först – och sedan flätar du ihop fingrarna igen, så alla de andra fingrarna också flyttar ett hack i dragkedjan.

### Hänger ni med?

För en del av er känns det här jättekonstigt – och för några av er är det inte så ovanligt.

Det här är ett sätt att få syn på vanor eller att vi gör saker i speciella ordningar. Ibland är ordningarna så nära som i vår egen kropp.



### Nu provar vi en till grej!



Ställ er upp bredvid era stolar.

Nu ska ni bryta ordningen för hur ni brukar använda en stol. Så varsågod att sätta er, lägga er, luta er, hänga er över stolen ... eller vad som helst som är ett ovanligt sätt att använda stolen på.

När ni väl har landat – se er omkring i klassrummet. Det som kanske blir tydligt är ju att det är väldigt funktionellt att följa ordningar och vanor. Det är enklast och bekvämast att sitta med rumpan på stolsitsen och ryggen mot ryggstödet. Men om vi alltid gör saker på samma sätt, kan det vara bra att bryta lite ordningar ibland – för att få nya perspektiv, alltså att se saker på nya sätt.

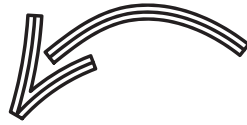
### Nu kan ni ställa er upp på stolen och se er omkring

Så här kanske du inte brukar se ditt klassrum? Kan du se någonting från den här höjden som du inte sett förut?

Titta ned på golvet.

Hur ser det ut härifrån?

Hur känns det att stå här? Kan du känna hur fötterna känns mot stolen?



## ÖVNING

### Nu gör vi en sista grej!

**Lägg er ner på golvet och titta upp i taket.**

Hur ser det ut egentligen, vad finns det för olika saker att titta på i taket? Om du fortsätter att titta en stund – se om du upptäcker något nytt som du inte såg från början.

Vänd dig nu och lägg dig på mage, vila huvudet på händerna om det är skönt. Har du sett klassrummet från den här vinkeln någon gång? Ser du något nytt? Prova att lägga örat mot golvet. Kan du höra något?

Att röra sig på nya sätt i en byggnad gör också att du får en ny förståelse för huset. Efter den här guidningen tror jag att du kanske upplever ditt klassrum lite annorlunda.

Och vet ni vad? Om man upplever nytt, rör sig på nya sätt och ser på sin omvärld på sätt som man inte brukar göra – då blir det också lättare att tänka nytt. Och nya tankar behöver vi för att komma på nya lösningar och förstå mer av världen vi lever i – så att vi kan ta hand om den på bästa sätt.

### AVSLUTANDE REFLEKTION

*Samtala två och två eller resonera alla tillsammans.*

*Tänk på att det inte finns rätt eller fel när du reflekterar!*

1. Håller du med om att det är bra att bryta ordningar och prova nya perspektiv? Om ja, berätta varför. Om nej, berätta varför.
2. Känner du till andra sätt att öva på kreativitet och innovation eller kan ni hitta på något tillsammans?
3. Vad är det svåraste med att bryta ordningar och hitta nya perspektiv? Hur kan det bli lättare?
4. Hur hänger den här övningen ihop med temat allt hänger samman?

