

	<b>VEILED DEN BLINDE</b>
Mål	Bygge tillit Lære å bruke og forstå viktige ord som inngår i instruksjonen.
Materialer	Bind for øynene, bruk hindringer hvis ønskelig.
Forberedelser	Del gruppen inn i par
Beskrivelse	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alle deltakerne må lære et sett instruksjonsord, for eksempel «Gå fremover», «Gå bakover», «Ett skritt til venstre», «Tre skritt til høyre», «Stopp», «Saktere», «Raskere»</li> <li>- Gruppen deles inn i par der deltakerne i hvert par har ulike morsmål</li> <li>- En av de to må ha bind for øynene.</li> <li>- Den andre partneren må lede personen som har bind for øynene uten å berøre hen (kun bruke ordene).</li> <li>- Instruksjonene må være på norsk.</li> <li>- Etter en viss tid bytter partnerne rollene sine.</li> </ul>
Variasjoner	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Det kan legges inn flere instruksjonsord for å gjøre det mer vanskelig. Dette åpner også for muligheten til å ha flere typer bevegelser, for eksempel: «Løft høyre ben», «Strekk ut venstre arm», «Hopp», «Plukk opp» og så videre.</li> <li>- Det kan plasseres ut hindringer for å gjøre øvelsen vanskeligere.</li> <li>- Alle parene kan bevege seg på et begrenset område på samme tid for å øke vanskelighetsgraden. Målet da er at de skal unngå å kollidere i andre.</li> <li>-Øvelsen kan gjøres utendørs</li> </ul>
Avslutning	Spør hvordan det fungerte og hvordan deltakerne opplevde situasjonen med å være blind.

Tips	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Det er veldig viktig at deltakerne stoler på hverandre og vet hva slags ansvar de har mens de utfører denne øvelsen.</li> <li>– Hvis en innlærer ikke vil gjøre øvelsen eller ikke kan stole på partneren sin, er dette også greit.</li> <li>– Respekt er veldig viktig mens de utfører denne aktiviteten. De må passe på de andre i rommet/området.</li> <li>– Å være samvittighetsfull er av stor betydning.</li> <li>– Man bør være bevisst risikoen for at ulykker kan skje under øvelsen.</li> </ul>
Antall deltakere	2-16
Byggesteiner	<p>Kropp, bevegelse og sanser</p> <p>Teamarbeid og styrking</p>
Forberedelsestid	Ingen forberedelser
Type aktivitet	<p>Aktiviserende</p> <p>Bevegelse</p> <p>Teambuilding</p> <p>Ut av klasserommet</p>
Varighet	30 minutter