

MOTIVATIONSLYFTET

BY Star for Life 

Uppstarten av ett nytt läsår - en viktig tid för att skapa ett gott gruppklimat

Förslag på uppstartsövningar hämtade ur
Motivationslyftets högstadiematerial



Uppstarten kan se olika ut på olika skolor. Det är en viktig tid för att få ihop gruppen och bygga ett gott klimat som förhoppningsvis kan sätta en god prägel på den skoltid som ligger framför.

Ingång och beredskap för dig som pedagog: För att du som pedagog/mentor ska få en tydlig ingång och beredskap i arbetet med Motivationslyftet så är det bra att du inledningsvis läser s.3-6 i lärarhandledningen (LH).

Materialets verktyg: Det är också klokt att inledningsvis titta på och repetera de olika verktyg som materialet innehåller (s.232-239 i LH). Dessa verktyg kommer att finnas levande genom hela arbetet med Motivationslyftet och kommer också att vara en god hjälp för dig som pedagog, i arbetet med att konkretisera vissa mentala förmågor och processer.

Elevernas intresse och engagemang: Hur får du då eleverna engagerade? Ja, några svar hittar du på s.97 i LH.

I materialet finns övningar som man med fördel kan använda sig av i början på läsåret för att jobba med att stärka elevgrupperna och för att få en positiv start tillsammans.
Här kommer några förslag på övningar som passar.

- Modul 1: Övningarna som inleder modulen, sid 13 – 19 i LH
- Modul 2: Citatkorten, sid. 74–77 i LH
- Modul 3: Övningarna som inleder modulen, sid. 103 – 112 i LH
- Modul 4: Att göra något för andra – en klassaktivitet, sid. 166 i LH
- Modul 5: Övningar kring engagerat lyssnande och kommunikation, sid. 220 - 223
- Gör en övning med "Inspirationskorten" om ni har dem på skolan

Denna reflektionsövning kan användas som en start inför att formulera **klassens trivselregler**:

- Dela in klassen i mindre grupper. Skriv upp några "självklara" ord på tavlan och låt grupperna inom 10 minuter skapa en definition av vad orden konkret betyder för dem. Skriv ett eller ett par ord i taget (förslag på ord finns här nedan). Låt sedan grupperna presentera sina definitioner. Detta lägger grunden för att förstå värderingar och ger en insikt i att ordet "självklart" heter "självklart" för att det bara är klart för en själv och ingen annan. Förslag på ord:
 - Respekt
 - Medkänsla
 - Vänskap
 - Arbetsro
 - Gruppträck
 - Prestation
 - Motivation
 - Självkänsla
 - Inställning (mindset/förhållningssätt)
- Olika sätt att jobba med och återkoppla till klassens trivselregler finns i materialet: Klassens spelregler/förhållningssätt (s. 15, 27, 43, 100 och 153 i LH)

Fokusövning: Jump in jump out

Om du vill utmana eleverna (och dig själv – öva med dina kollegor innan du kör med eleverna) kan ni köra denna fokusövning: <https://www.youtube.com/watch?v=k6bHltjIYzE>

OBS: Skippa att hålla varandra i handen och håll armlängds avstånd och kör den flera gånger med ett snabbare och snabbare tempo.

Utöver ovanstående uppstartsövningar kan man även använda sig av det material och de filmer som finns på intranätet: <https://motivationslyftet.se/>

- Brainbreaks
- Inspirationsfilmer, samt undervisningstips

Glöm inte att det är dina elevers och gruppens behov som styr valet av övningar.

Lycka till!