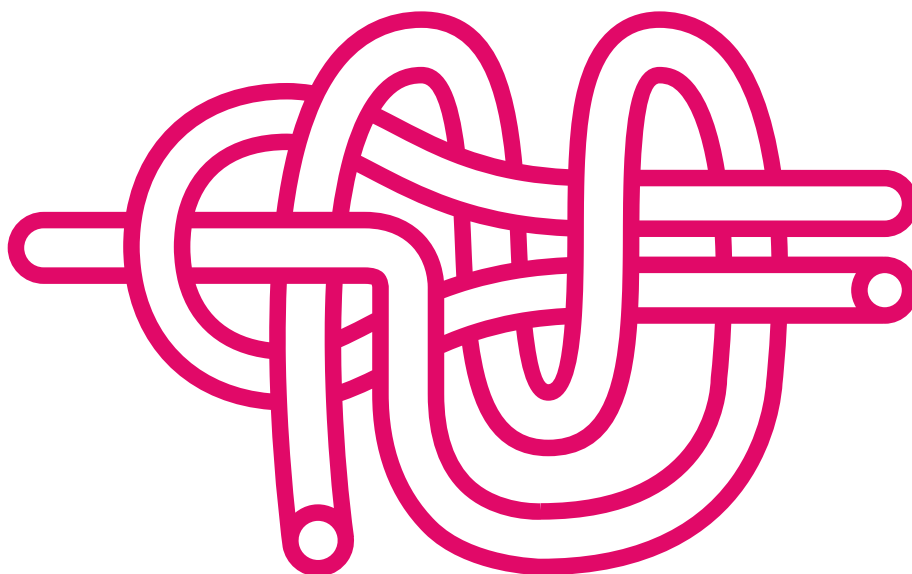


EN AKTIVITET- 14 MÅLSPÅR

14 sätt till personlig utveckling för scouterna genom knopar



Nedan kommer fjorton olika förslag på hur olika aktiviteter, innehållande knopar, kan varieras med hjälp av våra fjorton olika målspår.

TA HAND OM SIN KROPP Surra en bår och prata om sjukvård.

FYSISKA UTMANINGAR Testa utmaningen omöjlig knut. Utmana scouterna att försöka plocka upp ett rep som är ungefär 1 meter och knyta en knut utan att släppa repet med någon av händerna. (Övningen och facit finns i boken Viktiga knopar.)

EGNA VÄRDERINGAR Låt scouterna fundera om de var en knop, vilken knop skulle de vara då och varför?

EXISTENS Knopar för samman och binder ihop. Vad eller vem finns det i din närhet som fyller den rollen? Vad händer när det känns som att allt faller isär? Hur kan du hjälpa att knyta samman människor i din närhet mer?

SJÄLVINSIKT OCH SJÄLVKÄNSLA Skriv ett positivt ord om varje person som är med på mötet och knyt fast det på den personens snöre. Alla får med sig en samling uppmuntran hem.

FÖRSTÅELSE FÖR OMVÄRLDEN Gör stationer där man får välja mellan knopar och tre andra aktiviteter. Vi funkade olika! Knopar är något som tränar fingerfärdighet, eller finmotorik med ett fint ord. En del har jättelätt att lära sig knopar och för andra är det ganska knepigt och kardborrband är det bästa som hänt. Reflektera efteråt i patrullen vad medlemmarna valde och sätt ord på vilka olika styrkor ni har. Prata också över hur ni valde, valde du det du redan kan, eller det du skulle vilja träna på? Inget är rätt eller fel.

KÄNSLA FÖR NATUREN Gör en repstege/ gör knopar så ni kan hänga upp en fågelmatare.

AKTIV I SAMHÄLLET Tillverka något dekorativt med hjälp av knopar, exempelvis apnäve, kringelmatta eller oceanmatta och sälj till förmån för välgörenhet.

RELATIONER Gör vänskapsarmband av salomonfläta. Instruktioner på hur ni går tillväga finns att söka på internet eller från boken Viktiga knopar.

AKTIV I GRUPPEN Lek tillsammans i patrullen eller i helgrupp en lek där scouterna ska knyta en knop med bara en hand var.

LEDARSKAP Lär ut en knop till en annan.

PROBLEMLÖSNING Scouterna får testa att avlägsna en ring som har trätts på en ögla, utan att släppa taget om ögla eller förstöra ringen. Övningen är hämtat ifrån boken Viktiga knopar.

FANTASI OCH KREATIVA UTRYCK Se Ylvis- Trucker's Hitch och öva på knoparna som förekommer i videon. Låt scouterna sedan göra sin egna musikvideo med knopar. Här finns musikvideon:
<https://www.youtube.com/watch?v=TUHgGK-tImY>

KRITISKT TÄNKANDE Gå igenom varför det är viktigt att knoparna blir rätt. Låt en ledare "lura" scouterna genom att visa knopar som är felkonstruerade och se om scouterna är med.