LAD KLEMMET VANDRE

Brain break-kategori	**Tillid og samarbejde** Puls Koordination **Koncentration og opmærksomhed**
Formålsbeskrivelse	Formålet med aktiviteten er, at eleverne skærper deres opmærksomhed ved at lægge mærke til de andres håndtryk/klem. Det kræver koncentration og samarbejde.
Beskrivelse af aktiviteten	Eleverne ligger eller stiller sig i en cirkel. Hvis man ligger på gulvet, skal hovederne være ind mod midten. Hvis man står, skal alle kigge ind mod midten. Alle tager hinandens hænder og lukker øjnene. Den elev, som læreren/pædagogen prikker på skulderen, skal starte med at give et klem til ENTEN personen til højre for ham/hende ELLER personen til venstre for ham/hende. Personen, der har modtaget klemmet, skal nu sende det videre rundt i cirklen. Når man modtager et klem, sendes det videre i samme retning. Således vandrer klemmet, mens fokus er på at holde øjnene lukkede og lægge mærke til sidemandens håndtryk. *Progression 1:* Når man modtager ét klem, sendes klemmet fortsat i samme retning, men hvis man nu modtager to klem, skifter klemmet retning og sendes den anden vej. *Progression 2:* Læreren sætter to forskellige klem i gang på én gang ved at prikke to forskellige elever på skuldrene.
Sted	I klasselokalet.
Rekvisitter	Ingen.
Tid	5 min.