



# Rastgrupper

---

## Mål

Målet är att hjälpa barnen att söka sig till andra under rasterna. Metoden främjar skapandet av grupper och en känsla av samhörighet under skoldagen.

## Anvisning

Klassen kan t.ex. komma överens om att vissa raster ska tillbringas i rastgrupper. Grupper kan hållas både under inne- och uteraster.

Först samlar klassen in idéer till rastaktiviteter.

Sedan väljs olika aktiviteter för rasten, så att varje aktivitet görs i grupper om minst 3–4 elever. Aktiviteterna kan variera från en rast till en annan om det finns många idéer.

Ni kan t.ex. göra en plan för rastgrupperna som ni sätter upp på väggen. Varje elev väljer vilken grupp hen vill vara med i genom att fästa en lapp med sitt namn vid den.

För att blanda grupperna så mycket som möjligt är det bra att alternera i vilken ordning man får välja sina grupp.