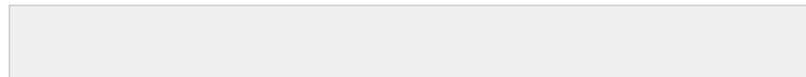
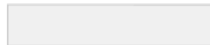


Title	ANTWALK
Tidsåtgång	10-20 minutes
Antal deltagare	5-20
Logistik (utrymme, material...)	Ett rymligt område som möjliggör konstruktionen av en eller två hinderbanor, anpassade till gruppens specifika behov. Använd material för att skapa uppfinningsrika hinderbanor som främjar kreativiteten i uppställningen.
Försiktighetsåtgärder	<ul style="list-style-type: none"><li>- Teambygge</li><li>- Balans</li></ul>
Syften	<ul style="list-style-type: none"><li>- Koordination</li><li>- Kommunikation</li><li>- Beslutsfattande</li><li>- Teamarbete</li></ul>
Förberedelser	Förbered en eller två banor baserade på gruppens specifika behov. Använd färgade och numrerade papper och anpassa antalet efter gruppens behov - inkludera två av varje färg och en av varje nummer. Placera strategiskt ut ett papper av varje färg längs banan.
Beskrivning	Instruktören ställer upp en eller två banor. Om det finns två, bestämmer gruppen gemensamt vilken bana varje deltagare är bekväm med. Deltagarna får antingen ett nummer eller en färg på ett papper baserat på gruppens preferenser. För dem med nummer får personen med det lägsta numret en hemlig order för sin grupp att stå på banan. Utan att prata försöker deltagarna hitta rätt positioner. Om deltagarna har färger måste de lokalisera samma färgade plats på banan och placera sig där. Grupperna siktar på att röra sig samtidigt utan att prata eller ramlas av banan.
Riktlinjer för facilitatorn	Assistans med val av bana: <ul style="list-style-type: none"><li>• Hjälプ gruppen att bestämma vilken bana de ska ta, särskilt om det finns två alternativ tillgängliga.</li><li>• Ta hänsyn till individuella preferenser och komfortnivåer för att se till att alla känner sig bekväma med sin valda bana.</li></ul> Tydlig kommunikation av instruktioner: <ul style="list-style-type: none"><li>• Förklara tydligt instruktionerna för både nummer- och färgscenarier.</li></ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>• Se till att deltagarna förstår målet med att hitta positioner baserat på antingen hemliga order eller matchande färger.</li></ul> Betonar tyst koordination: <ul style="list-style-type: none"><li>• Betona vikten av icke-verbal kommunikation och koordination inom grupperna.</li><li>• Uppmuntra deltagarna att röra sig samtidigt utan att prata, vilket främjar teamwork och problemlösning utan att förlita sig på verbala ledtrådar.</li></ul>
	Assistance with Course Selection: <ul style="list-style-type: none"><li>• Hjälプ gruppen att bestämma vilken bana de ska välja, särskilt när det finns två alternativ tillgängliga.</li><li>• Ta hänsyn till individuella preferenser och komfortnivåer för att</li></ul>

säkerställa att alla känner sig bekväma med sin valda bana.

Ursprung

Klart kommunikation av instruktioner:

- Förklara tydligt instruktionerna för både nummer- och färgscenarier.
- Se till att deltagarna förstår målet med att hitta positioner baserat på antingen hemliga order eller matchande färger.

Betonar Tyst Koordination:

- Belys vikten av icke-verbal kommunikation och koordination inom grupperna.
- Uppmuntra deltagarna att röra sig samtidigt utan att prata, vilket främjar teamwork och problemlösning utan verbala ledtrådar.

