

Opvarmningsøvelser til forumspil

For at lykkes med forumspilsformen er det vigtigt at varme de studerende op i form af øvelser der vækker både kroppen og modet til at fejle. Her er et eksempel på 3 opvarmningsøvelser, som kan fungere i den beskrevne rækkefølge.

Alle 3 opvarmningsøvelser laves i grupper a 4 – 5, og gerne de samme grupper som efterfølgende skal lave forumspil sammen. Alle står op i små cirkler og lokalet klargøres ved at rykke stole og borde ud til siden:

Øvelse 1 - Tilgiv fejl:

Sig 1, 2, 3, på skift. Dernæst tilføjes klap i stedet for '2'. Find selv en variation på '3' efter et par runder. Der råbes 'YES' i gruppen når der laves en fejl, og gruppen begynder forfra.

Øvelse 2 – Sig JA! - og:

Vi skal på ferie! Øvelsen går ud på at tage imod andres input og handle hurtigt på første indskydelse ved at sige "ja, og".

Med uret siger de studerende ja og på skift og danner sammen en historie. Første sætning i gruppen er altid 'vi skal på ferie':

- Studerende A: 'Vi skal på ferie.'
- Studerende B: Ja og vi skal huske og pakke solcreme
- Studerende C: Ja og vores golfkøller
- Studerende D: Ja og jeg tør ikke at flyve
- Osv.

Øvelse 3 - Hvad laver du?

Denne øvelse varmer kroppen op og kræver mere bevægelse af de studerende samt at de ikke tænker for meget over deres bud. Der skal være tempo i øvelsen.

- Studerende A går ind i midten og mimer en aktivitet. F.eks. at stå på ski.
- Studerende B spørger: Hvad laver du?
- Studerende A svarer: Jeg reder min seng (vigtigt at man siger noget andet end det man mimer)
- Studerende B går ind i midten og mimer det studerende A sagde (at rede sin seng)
- Studerende C spørger: Hvad laver du?
- Studerende B svarer: Jeg cykler
- Osv.