



Bildminnesövning HÖST

Till en början är det viktigt att berätta att övningen är lekfull och att den inte är ett minnestest på något sätt. Övningen görs för att friska upp hjärnaktiviteten och öva upp minnet.

Uppgiften är utmanande för alla – i synnerhet om man använder 20 bilder med olika teman. Alternativen är 5 – 10 – 15 – 20 bilder. Välj antalet bilder enligt gruppen. Man kan även värma upp med 5 bilder och öka antalet i enlighet med resultaten. Penna och papper delas ut till alla deltagare samt ett likadant bildpapper nedåtvänt på bordet. När bildpappret skrivs ut på lite tjockare papper syns bilden inte igenom.

Handledaren uppmanar alla att vända på pappret samtidigt och under en minut fokusera på att komma ihåg så många bilder som möjligt.

Handledaren talar om när tiden är slut och pappren återigen vänds nedåt. Därefter skriver alla ned på pappret så många bilder som de kommer ihåg. När alla är klara, läser handledaren upp de rätta svaren.

- | | | |
|-----------------|----------------------------|-------------------|
| 1. Flugsvamp | 8. Paj | 14. Lingon, bär |
| 2. Kratta | 9. Lada | 15. Fågelflock |
| 3. Paraply | 10. Ekollon | 16. Ekorre |
| 4. Vete, ax | 11. Äppelskrutt,
fröhus | 17. Igelkott |
| 5. Äpple | | 18. Solrosor |
| 6. Regnmoln | 12. Löv | 19. Rönnbärsklase |
| 7. Gummistövlar | 13. Korg | 20. Halsduk |

FRÅGA INTE HUR MÅNGA BILDER VARJE PERSON KOM IHÅG!

Deltagarna får själva berätta antalet om de vill. Led in diskussionen på följande teman:

- Var det svårt att komma ihåg bilderna?
- Kom någon ihåg alla bilder?
- Fanns det någon bild som alla deltagare kom ihåg?
- Hurdana minnesregler hittade varje person på åt sig själv?

Man kan göra det lättare att minnas genom att hitta på en kort berättelse om varje sak och föremål, fundera på föremålens och sakernas begynnelsebokstav, färger, koppling till varandra, till exempel djur, saker man äter osv.

Till slut tittar vi ännu på bilderna.



❖ **Förenklad version utan pennor och papper**

Handledaren ber deltagarna att muntligt räkna upp de bilder de kommer ihåg. Vi försöker tillsammans att minnas så många som möjligt. Slutligen kontrollerar vi ännu på pappret hur vi lyckades.

❖ **Kim-spelet**

Vi tittar först på pappret, som det finns till exempel 15 bilder på och sedan på pappret, som har 5 bilder. Vi försöker komma ihåg vilka 10 bilder som saknas på pappret med de fem bilderna.

❖ **Sammankoppla det man hör och bilder**

Pappren ligger nedåtvända framför deltagarna. Handledaren räknar upp både de bilder som finns på pappret och de bilder som inte finns på pappret. Papprena vänds upp och vi försöker komma ihåg vilka bilder på pappret som handledaren har räknat upp.

❖ **Stora digitala bilder**

Bilderna återges med projektor på väggen eller så tittar vi på dem tillsammans från en stor skärm. Övningen genomförs helt utan papper.

❖ **Berätta en berättelse baserat på bildpappret**

Varje deltagare lägger i tur och ordning till en mening till berättelsen, utgående från en bild som hen har valt från pappret. Detta fungerar även som en minnesövning, om man försöker återge berättelsen efter att den har byggts upp. Ju lustigare berättelsen är, desto enklare är den att komma ihåg.

❖ **Ordförklaringspel**

Handledaren eller någon av gruppdeltagarna ger en vink om bilden som de har valt (t.ex. var man har sett objektet, om det är ovanligt, om man själv äger ett sådant...). De andra försöker gissa vilken av bilderna det är fråga om. Bildpappret kan vara uppvänt, men om man vill ha en större utmaning, så kan man titta en stund på pappret och sedan vända det nedåt igen.

❖ **Skriva en dikt**

Bildpappret kan till exempel fungera som inspiration för att skriva en dikt. Uppgiften består av att i dikten använda ord som syns på pappret. Handledaren kan även be alla att välja ut till exempel fem saker från pappret med 20 bilder som ska nämnas i dikten. När dikten läses upp, kan de andra deltagarna försöka gissa vilka fem bilder som valts från pappret.







