

STYR PÅ FINGRENE

Brain break-kategori	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">Tillid og samarbejde</div> <div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">Puls</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 10px;"> <div style="background-color: #800040; color: white; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">Koordination</div> <div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">Koncentration og opmærksomhed</div> </div>
Formålsbeskrivelse	Det primære formål med aktiviteten er, at eleverne via krydsbevægelser arbejder med at koordinere fingrene.
Beskrivelse af aktiviteten	<p>Eleverne finder sammen i par. Alle krydser armene foran sig og fletter fingrene, mens armene drejes rundt.</p> <p><i>Progression 1:</i> Alle forsøger nu at løfte fingrene enkeltvis. Start med tommelfinger, dernæst pegefinger, langemand osv.</p> <p><i>Progression 2:</i> Eleverne vender sig mod deres makker. Makker A krydser armene og fletter fingre, mens armene drejes rundt. Makker B RØRER ved en finger, som makker A skal forsøge at løfte. Der fortsættes lidt, og på lærerens signal byttes roller.</p> <p><i>Progression 3:</i> Makker B PEGER på en finger (ikke røre!), som makker A skal forsøge at løfte. Der fortsættes lidt, og på lærerens signal byttes roller.</p> <p><i>Progression 4:</i> Makker B FORTÆLLER, hvilken finger makker A skal løfte (fx højre pegefinger, venstre tommeltot osv.). Der fortsættes lidt, og på lærerens signal byttes roller.</p>
Sted	I klasselokalet.
Rekvisitter	Ingen.
Tid	5 min.