

FINGERLØB

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; width: 150px;">Koordination</div> <div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;">Koncentration og opmærksomhed</div> </div>
Formålsbeskrivelse	Formålet med aktiviteten er, at eleverne i samarbejde koordinerer placeringen af deres pegefingre på bordkanten, mens tempoet øges.
Beskrivelse af aktiviteten	<p>Eleverne går sammen to og to. Skiftevis placerer de en pegefinger på bordkanten foran dem. De skal nu skiftevis flytte den bagerste pegefinger frem, så den bliver placeret forrest i rækken af pegefingre. Når man er kommet langt ud til den ene side, skifter man retning og bevæger rækken af pegefingre den anden vej.</p> <p>Tempoet øges løbende.</p>
Variationer	En progressionsmulighed er, at eleverne løbende skifter retning ved at markere dette med to dap/slag med pegefingeren mod bordkanten. Det vil sige, at man, i stedet for at flytte den bagerste pegefinger frem i rækken, dapper to gange med den, som et signal til, at pegefingrene skifter retning.
Sted	I klasselokalet.
Rekvisitter	Et bord pr. elevpar.
Tid	5 minutter