

**Lektion:** Fælles sprog i klassen om bevægelse

**Formål:** Lærer og elever opnår en fælles forståelse for bevægelse, hvordan det kan foregå i klassen og hvilken værdi det skaber.

- Eleverne kan tale nuanceret om bevægelse i klassen
- Eleverne forstår at bevægelsesaktiviteter kan tages i brug med forskellige formål.

**Tidsramme:** 90 min.

| TID       | INDHOLD (HVAD)   | LÆRE-PROCES (HVORDAN)    | AKTIVITETENS FORMÅL (HVORFOR)   | REDSKABER (HVLKE)                   |
|-----------|--|--------------------------|---|-------------------------------------|
| 0-5       | <b>Introduktion til lektionen</b> "I dag skal vi afprøve et par forskellige aktiviteter fordi vi vil blive klogere på, hvordan de kan gavne jer hver især samt som klasse".<br>Vi afprøver to aktiviteter ad gangen og derefter tager vi en samtale om, hvad der sker når vi er i gang eller efter vi har afprøvet dem.  | Introduktion             | Eleverne får en forståelse for hvorfor de skal prøve en masse aktiviteter.  |                                     |
| 5-15      | <b>Aktivitet 1: lav puls uden fagligt indhold</b><br><b>Got you finger i cirkel</b><br>Kan laves med hele klassen, eller i mindre cirkler<br><a href="https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/got-you-finger/">https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/got-you-finger/</a>   | Praksis i gruppe         | Eleverne får kropslig oplevelse med en aktivitet, hvor de griner sammen.  |                                     |
| 15-25     | <b>Aktivitet 2: høj puls uden fagligt indhold</b>  |                          |   |                                     |
| 25-35     | <b>Holdningslinje</b><br>Udsagn A): Aktivitet 1 var en bevægelsesaktivitet. Placer jer mellem 1= helt uenig og 5 = helt enig.<br>Udsagn B): Aktivitet 2 var en bevægelsesaktivitet. Placer jer mellem 1= helt uenig og 5 = helt enig.  | Refleksion i par         | Eleverne opbygger et sprog for hvad de mener bevægelse er.  | Kegler eller sedler med nr. 1 til 5 |
| 35-45 (A) | <b>Aktivitet 3: høj puls med fagligt indhold (indskoling/ mellemtrin)</b><br><b>Fun skills hop over streg med tabeller</b><br>Grundtrin: 1) hop til højre og land på højre ben + klap på højre lår 2) hop til venstre og land på venstre ben + klap på venstre lår 3) hop til højre land på begge ben + klap på begge lår 4) hop til venstre og land på venstre ben + klap på venstre lår etc<br>Byg på grundtrinene så eleverne siger 3-tabellen, når man hoppe til siden.<br><a href="https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/hop-over-streg/">https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/hop-over-streg/</a> | Parvis                   | Eleverne får kropslig oplevelse med en aktivitet, hvor de er aktiviteter og repeterer fagligt stof →<br><i>Koordinering bygger bro mellem højre og venstre del af hjernen</i> |                                     |
| 35-45 (B) | <b>Aktivitet 3: høj puls med fagligt indhold (mellemtrin/ udskoling)</b><br><b>Aktiv brainstorm</b><br>Eleverne løber på skift op til planche og noterer, hvad de kommer til at tænke på om emnet: <i>Bevægelse i undervisningen</i><br><a href="https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/aktiv-brainstorm/">https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/aktiv-brainstorm/</a>  | Grupper á 3-5 elever     | Eleverne får kropslig oplevelse med en aktivitet, hvor de er aktiviteter og repeterer fagligt stof →<br><i>Koordinering bygger bro mellem højre og venstre del af hjernen</i> |                                     |
| 45-55     | <b>Aktivitet 4: lav puls med fagligt indhold</b><br><b>Quiz og byt:</b> <a href="https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/quiz-og-byt/">https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/quiz-og-byt/</a><br>eller <b>Ord til skulptur:</b> <a href="https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/ord-til-skulptur/">https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/ord-til-skulptur/</a>  | Praksis med hele klassen | Eleverne får kropslig oplevelse med en aktivitet, de går rundt og samtaler.   |                                     |
| 55-65     | <b>Holdningslinje</b><br>Udsagn A): Aktivitet 3 var en bevægelsesaktivitet. Placer jer mellem 1= helt uenig og 5 = helt enig.<br>Udsagn B): Aktivitet 4 var en bevægelsesaktivitet. Placer jer mellem 1= helt uenig og 5 = helt enig.<br><a href="https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/holdningslinjer/">https://aktivetsdatabasen.dk/aktiviteter/holdningslinjer/</a>   | Praksis med hele klassen | Eleverne opbygger et sprog for hvad de mener bevægelse er.  | 15-25                               |

|         |  |                   |  |                             |
|---------|--|-------------------|--|-----------------------------|
| 65-75   | <b>Holdningslinjer med generelle udsagn om bevægelse</b><br>1) Bevægelse indebærer at min puls banker hurtigt efter aktiviteten<br>2) Bevægelse må godt indebære, at jeg også lærer noget.<br>3) Bevægelse indebærer, at vi griner sammen<br>4) Bevægelse indebærer, at jeg laver aktiviteter, hvor min motorik udfordres.<br>5) ... |                   | Eleverne opbygger et sprog for hvad de mener bevægelse er. |                             |
| 75 - 80 | Parvis <b>drøftelse</b> om hvad eleverne er blevet klogere på med afsæt i aktiviteterne i dag.   | Parvis refleksion | Eleverne udbygger deres sprog for bevægelse                | A3 papir<br>Skriveredskaber |
| 80-90   | <b>Opsamling</b> på elevernes drøftelser.  | Hele klassen      |  |                             |