

START MED KORTVARIGE BEVÆGELSESAKTIVITETER

HJÆLPEARK – TAG ANSVAR FOR BEVÆGELSEN

Det kan være svært at finde tid til bevægelse i undervisningen.

I kan foreslå jeres lærere, at I selv er ansvarlige for at finde kortvarige aktiviteter til undervisningen. De skal ikke tage mere end fem minutter.

Aftal hvor ofte og hvornår I skal lave aktiviteten.

I kan finde inspiration til aktiviteter på aktivitetsdatabasen.dk

Notér jeres plan på en kalender, der kan hænge i klassen. Husk hinanden på, hvem der har ansvaret.

August

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
				1
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25	26	27	28	29

Carl-Sylvester og Anna

Vester og Katrine-Sofie

September

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29	30			

Luna og Egon

Emil og Laurits

Signe og Christian