

Bevæg udskolingen

Dansk Skoleidræts inspirationsdag
21. november 2024

Allan Skoven Pedersen og Anebine Danielsen



Program

- Kort intro/icebreaker
- Præsentation
- Eksempler på forskellige faglige aktiviteter
- Opsamling

TÆNK HURTIGT

Hvorfor bevægelse?

- Nævn positive effekter af bevægelse i skolen – med et ord!

Præsentation - bevæg dit fag

Dansk: vugge m arme

Matematik: kæmpe kryds

Engelsk: buk

Tysk: hakke Currywurst/kål

Historie: samle fortidsminder

Samfundsfag: demonstration

Kristendom: slå korsets tegn

Fysik/kemi: eksplosion

Biologi: gå med lup

Geografi: skue ud over verden

Idræt: sprællemænd

Musik: spille violin

Madkundskab: klap på maven

Håndværk og design: male med store bevægelser

DANSK: Tænk hurtigt

Beskrivelse:

Eleverne går sammen to og to og klapper følgende rytme: klap lår – klap egne hænder – klap hinandens hænder.

På skift siges noget fra en kategori, når man klapper i hinandens hænder:
FØLELSER, KARAKTEREGENSKABER, ERHVERV, GENRER, ORDKLASSER...

Hvis man laver en fejl, starter man forfra.

Aktivitetsdatabasen: [Tænk hurtigt - Dansk Skoleidræt](#)



KRISTENDOM: Hvad tror verden?



Beskrivelse:

Hvilken religion er der egentlig flest mennesker, som tror på? Find ud af det på en sjov og aktiv måde.

Inden aktiviteten igangsættes, hænges sedler med de forskellige religioner op rundt omkring på skolens område, og svarark udskrives til eleverne. Svararket består af et cirkeldiagram, som er inddelt i "lagkagestykker", som svarer til antallet af religioner, som skal sættes op. Cirkeldiagrammet viser 100% af verdens befolkning og hvert "lagkagestykke" udgør så en given procentdel heraf.

Eleverne inddeles i mindre grupper, og hver gruppe får udleveret et svarark. Nu skal de rundt på skolen og finde de otte forskellige religioner, som er sat op. Når de har fundet en religion fx hinduisme, skrives den på svararket ud for det lagkagestykke, som gruppen mener passer bedst til, hvor udbredt religionen er. Når gruppen har fundet alle otte religioner og skrevet dem på svararket, mødes de igen i klassen, hvor de snakker deres svar igennem og diskuterer, om der er noget, som de vil ændre. Afslut med fælles opsamling.

MATEMATIK: Stole 1-2-3

Beskrivelse:

Eleverne skal stille stole hulter til bulter. Herefter vælger de en stol nr. 1. Den har en værdi af 12. Nu går de rundt imellem hinanden og finder en ny stol, deres stol nr. 2 (der ikke må være ved siden af deres stol nr. 1). Den har en værdi af 24. Nu rejser de sig op igen og skal finde deres stol nr. 3 (den må ikke være ved siden af hverken stol 1 eller stol 2), den har en værdi af 42.

Nu rejser eleverne sig op fra stol 3 og går rundt imellem hinanden – de må gerne give en high five – og så er det underviserens opgave at sige et regnestykke, og alt efter resultat skal eleverne sætte sig på stol 1, 2 eller 3.



ENGELSK: Together in translation

Hvor mange sætninger kan eleverne oversætte, og hvor mange centicubes kan de optjene?

Materialer: Kegler, centicubes, arbejdsark + facitliste kopieret, arbejdspapir og blyant.

Aktivitetsdatabasen: [Together in translation - Dansk Skoleidræt](#)



BIOLOGI: Fordøjelsessystemet

Beskrivelse:

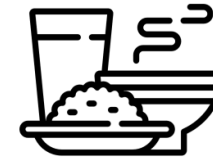
Klassen skal i fællesskab ”bygge” fordøjelsessystemet ved hjælp af deres kroppe samt forskellige bevægelseselementer. Eleverne deles ud på de forskellige dele af fordøjelsessystemet (se eksempler på illustrationen).

Hver gruppe skal nu undersøge, hvilke vigtige funktioner deres del har, og derefter hvordan de kropsligt kan vise/skabe dem.

Biologi Fordøjelsessystemet

MAD

Hvorfor spiser vi egentlig mad?
Hvad er madens vigtigste funktion?
Hvad består mad overordnet af?



dansk Skoleidræt

Biologi Fordøjelsessystemet

MUNDEN

Hvad er funktionen af tunge og tænder?
Hvilken funktion har spyt?
Hvordan kan vi kropsligt vise dette?
Hvor hører det til i fordøjelsessystemet?



dansk Skoleidræt

Biologi Fordøjelsessystemet

MAVESÆK

Hvad er mavesækkens funktion?
Hvad sker der i mavesækken?
Hvorfor er disse funktioner vigtige?
Hvor hører den til i fordøjelsessystemet?



dansk Skoleidræt

Biologi Fordøjelsessystemet

TOLVFINGERTARM

Hvad er tolvfingertarmens funktioner?
Hvad sker der i tolvfingertarmen?
Hvordan kan vi kropsligt vise dette?
Hvor hører det til i fordøjelsessystemet?

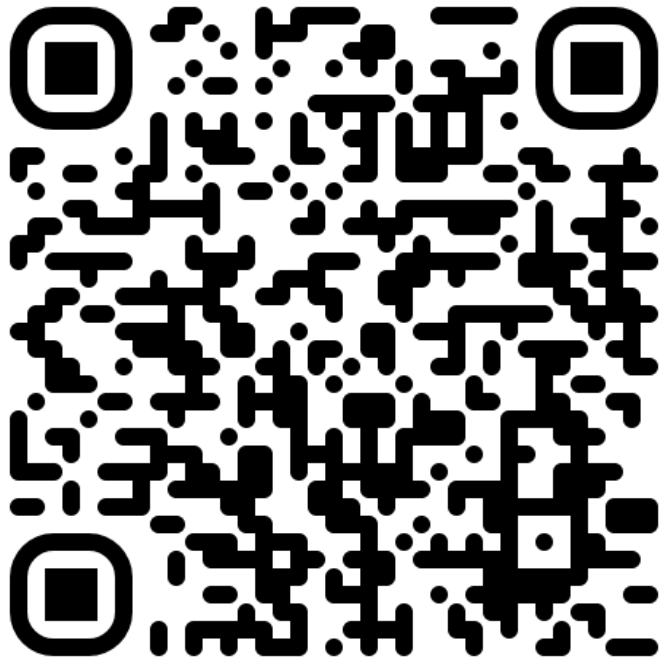


dansk Skoleidræt

OPSAMLING

Hvad af det, som vi har lavet i dag, vil du gøre med dine elever i morgen?

NYHEDSBREV OG UGENS ØVELSE



Brain breaks

Nå først 40
Formålet er, at eleverne får pulsen op.

Eleverne skal enten alene eller i smågrupper på ca. 4 lave fysiske øvelser som vist i nedstående skema. Hver elev eller gruppe har en tælling lader bruger denne elektroniske tælling: <https://www.timer.com/>
Der gælder om i høj tempo at gennemføre øvelserne og nå først til 40.
For hver øvelse skal der tæles to tællingsekater.

1. tællingsekater afgår:
Hvilken øvelse eleverne skal lave (se oversigt).
2. tællingsekater afgår:
Hvor mange gange øvelsen skal gentages.
Da hurtigere eleverne står ventende og laver øvelserne, desto tør når de 40.

Materialer
Tællinger til hver elev/gruppe eller skærm: <https://www.timer.com/>
Der er praktisk, hvis eleverne kan se skemaet med øvelserne på en fælles skærm. Alternativt kan det skrives på en tavle eller printes.

| Info | |
|---|---|
| Bevægelse i undervisningen Brain breaks | |
| Idrætsfaget | |
| Øvrig skoletid | |
| Primær formål og fokus | Psyk og styrke |
| Klassetrin | 0 - 1 2 - 5 4 - 5 6 - 7 8 - 9 |
| Tid | 1 - 10 min 10 - 20 min. |

Tilmeld dig her

Faglige øvelser

Body twister
Formålet er, at eleverne får kendskab til de forskellige kropsdele og kender disses gloser på engelsk. Aktiviteten kan også bruges som repetitionsøvelse.

Eleverne er sammen i par. Underviseren fortæller, hvor på kroppen man skal røre hinanden. Fx "hand to foot" eller "knee to elbow".
Positionerne skal holdes indtil næste kommando.

Variation
Eleverne kan skiftes til at komme med kommandoerne til hinanden.
Eleverne kan på forhånd lave sedler med de forskellige kommandoer, som så trækkes og læses op.
Øvelsen kan laves på tysk eller andre sproglag.

| Info | |
|-------------------------------------|--|
| Bevægelse i undervisningen Sproglag | |
| Idrætsfaget | |
| Øvrig skoletid | |
| Primær formål og fokus | Forståelse og anvendelse Repetition og evaluering |

Dansk Skoleidræt

