



## Adventskrans

|                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Brain break-kategori       | Koordination, koncentration og opmærksomhed, puls og styrke.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Formål                     | Eleverne lærer at stå forrest og bevæge sig til musik.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Beskrivelse af aktiviteten | <p>Eleverne inddeles i grupper af fire og tager opstilling i en adventskrans/ruder med <b>næsen samme vej</b>.</p> <p>Hver elev i adventskransen skal forestille sig at være et lys. Eleverne skal nu på skift finde på dansemoves, som de andre skal efterligne. Når den fremvisende elev løber tør for ideer, drejer eleven sig rundt til den næste elev i adventskransen, som nu overtager rollen og skal bestemme de næste dansemoves.</p> |
| Variationer                | <p>Sæt gerne forskellige genre af julemusik på, så eleverne får så alsidig en oplevelse som muligt.</p> <p>Eleverne kan inden start få tid til at reflektere over et eller flere dansemoves.</p> <p>Når alle lys har været tændt (alle fire elever har lavet et move), kan der tages en runde mere, hvor lysene slukkes efterhånden, som de har lavet et move.</p>                                                                             |
| Sted                       | Klasselokalet                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Rekvisitter                | Ingen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Tid                        | 10 minutter                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |