DA ÅBEN VIRKSOMHED

KROP OG HJERNE ARBEJDER SAMMEN

Når I bevæger jer, tænker, husker eller løser en opgave, arbejder kroppen og hjernen sammen.

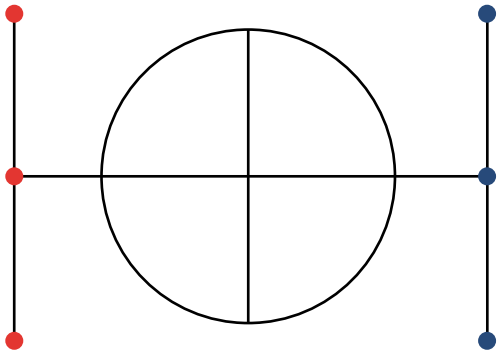
Her finder I små udfordringer, der træner:
Bevægelse
Koncentration
Hukommelse
Samarbejde

Prøv aktiviteterne og tal bagefter sammen om:
Hvad var let?
Hvad var svært?
Hvad øvede vi med den udfordring?
Hvordan hjalp kroppen dig?
Hvordan hjalp hjernen dig?

Jo mere I bruger både krop og hjerne, jo bedre bliver de til at arbejde sammen.

BYT PLADS – HVEM KOMMER FØRST?

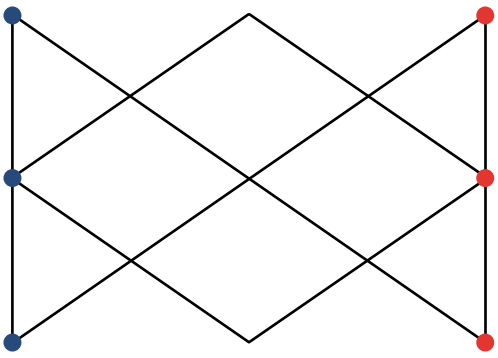
I spiller to og to mod hinanden.
I skal bruge tre ens brikker hver, så I har hver sin farve.
Tegn denne spilleplade på et A4-papir.



1. Placér brikkerne på de farvede prikker.
2. På skift rykkes en brik langs en linje til der, hvor nogle streger mødes.
3. Man **skal** rykke.
4. Man må ikke springe over den andens brik.
5. Der må ikke stå to brikker på samme sted.
6. Den, der først får alle sine brikker ned på modsatte baglinje, har vundet.

BYT PLADS – HVEM KOMMER FØRST?

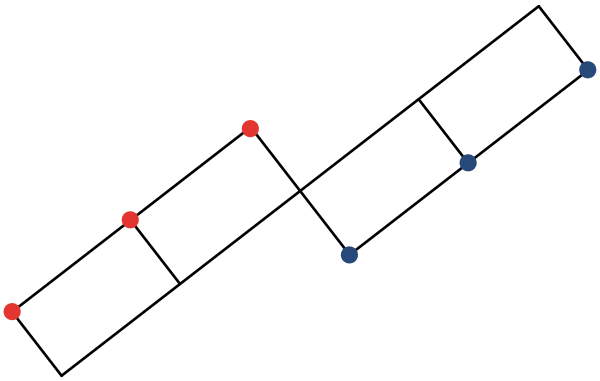
I spiller to og to mod hinanden.
I skal bruge tre ens brikker hver, så I har hver sin farve.
Tegn denne spilleplade på et A4-papir.



1. Placér brikkerne på de farvede prikker.
2. På skift rykkes en brik langs en linje til der, hvor nogle streger mødes.
3. Man **skal** rykke.
4. Man må ikke springe over den andens brik.
5. Der må ikke stå to brikker på samme sted.
6. Den, der først får alle sine brikker ned på modsatte baglinje, har vundet.

BYT PLADS – HVEM KOMMER FØRST?

I spiller to og to mod hinanden.
I skal bruge tre ens brikker hver, så I har hver sin farve.
Tegn denne spilleplade på et A4-papir.

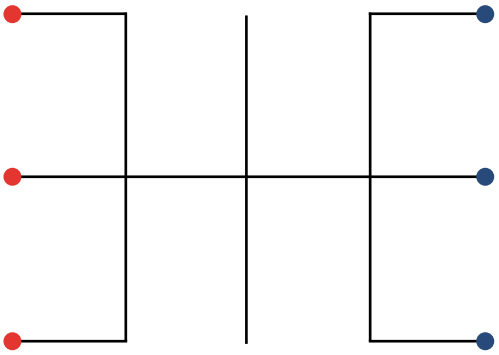


1. Placér brikkerne på de farvede prikker.
2. På skift rykkes en brik langs en linje til der, hvor nogle streger mødes.
3. Man **skal** rykke.
4. Man må ikke springe over den andens brik.
5. Der må ikke stå to brikker på samme sted.
6. Den, der først får alle sine brikker ned på modsatte baglinje, har vundet.

BYT PLADS – HVEM KOMMER FØRST?

I spiller to og to mod hinanden.

I skal bruge tre ens brikker hver, så I har hver sin farve. Tegn denne spilleplade på et A4-papir.

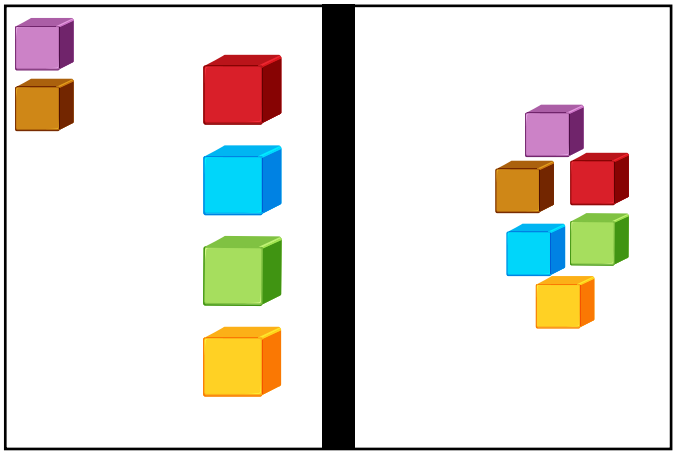


1. Placér brikkerne på de farvede prikker.
2. På skift rykkes en brik langs en linje til der, hvor nogle streger mødes.
3. Man **skal** rykke.
4. Man må ikke springe over den andens brik.
5. Der må ikke stå to brikker på samme sted.
6. Den, der først får alle sine brikker ned på modsatte baglinje, har vundet.

KIG OG HUSK!

I er sammen to og to.

I skal bruge tolv centicubes i seks forskellige farver med to af hver farve og en afskærmning - eks. et stykke papir.

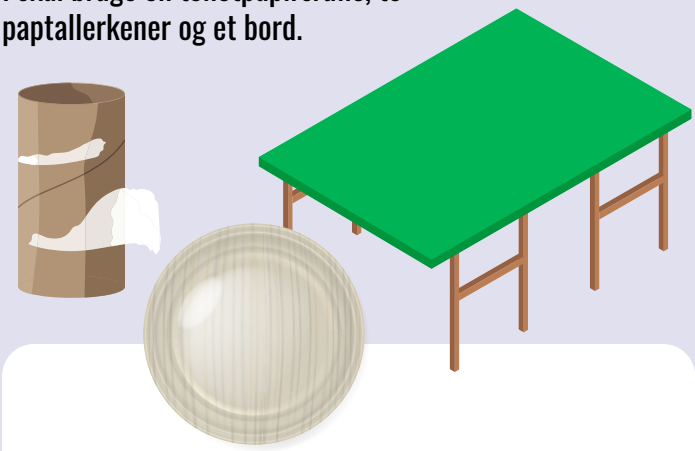


1. Den ene placerer fire centicubes på en række bag en skærm, så den anden ikke kan se dem.
2. Flyt afskærmningen, så den anden kan se rækken med centicubes.
3. Tæl til 10 og sæt afskærmningen tilbage.
4. Nu skal den anden forsøge at huske og lave samme række.

SÅ SKAL DER SPILLES TOILETPAPIRSRULLE!

I spiller to og to mod hinanden.

I skal bruge en toiletpapirsrulle, to paptallerkener og et bord.



1. Stå på hver sin side af et tomt bord.
2. Stå på den lange side.
3. Læg toiletpapirsrullen midt på bordet mellem jer.
4. Vift med paptallerkenen, så toiletpapirsrullen ruller mod din modstander.
5. Den spiller, der først får toiletrullen ud over modsatte kant vinder.

DU TEGNER - DU SKRIVER - DU HUSKER

I arbejder sammen to og to.

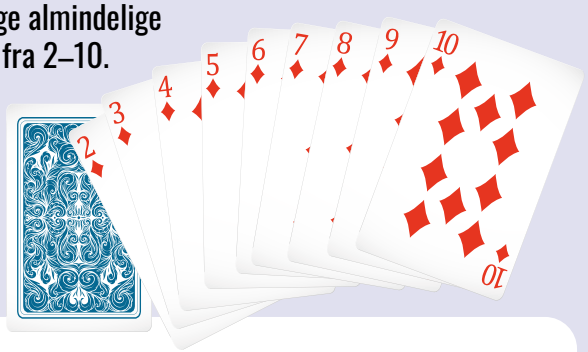
1. Elev A læser de **røde** ord højt.
2. Elev B tegner eller skriver stikord og prøver bagefter at huske ordene.
3. Byt roller.
4. Elev B læser de **grønne** ord højt, og Elev A tager noter og prøver at huske ordene.

Saks	Kuffert
Tog	Snebold
Løve	Kikkert
Kage	Anker
Lommelygte	Blomst
Kasse	Bord
Bog	Fugl
Pære	Telefon
Bro	Skildpadde

HVEM ER HURTIGST?

I spiller to og to mod hinanden.

I skal bruge almindelige spillekort fra 2–10.



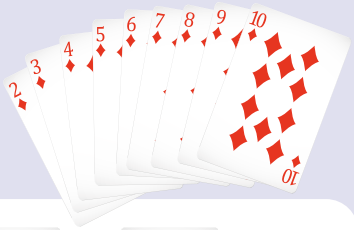
1. Bland kortene og del dem lige mellem jer.
2. Læg på skift et kort i midten, så I begge kan se det samtidig.
   DET ER VIGTIGT, AT I KAN SE KORTET SAMTIDIG.
3. Når I lægger kort, tæller I op:
   2, 3, 4... til 10.
   Så starter I forfra ved 2.
4. Hvis tallet på kortet er det samme som det tal, I siger, skal I hurtigt slå på bunken.
5. Den, der slår sidst, får alle kortene i bunken.

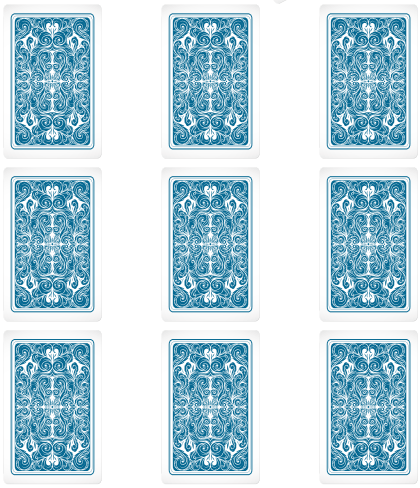
Vinderen er den, der først kommer af med alle sine kort.

HVEM HUSKER BEDST?

I er sammen to og to.

I skal bruge almindelige spillekort fra 2–10.





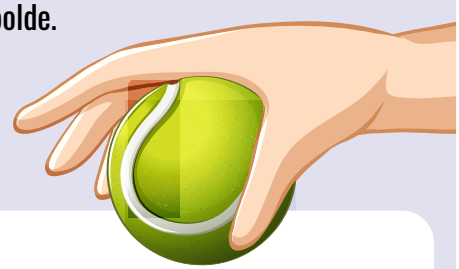
1. Bland kortene og læg dem som ovenfor:
2. Vend på skift et kort.
3. Man vinder ved at vende alle kort i rigtig rækkefølge fra 2 - 10.
4. Hvis en vender et forkert kort, lægges alle kort igen med bagsiden op og turen skifter.

SÅ SKAL DER SPILLES BOLD!

I er sammen to og to.

I skal bruge to tennisbolde.

I prøver på skift.



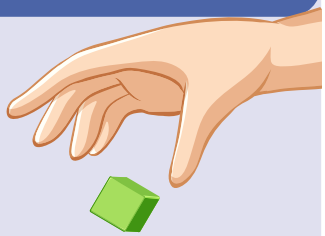
1. Hold armene strakt ud foran dig.
2. Hold en bold i hver hånd.
3. Kast den ene bold hen over den anden arm.
4. Grib bolden igen.
5. Prøv nu med den anden hånd.

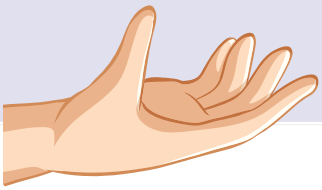
Find på andre udfordringer og test jeres koordination.

HJERNEGYMNASTIK!

I er sammen to og to.

I skal bruge to centicubes.





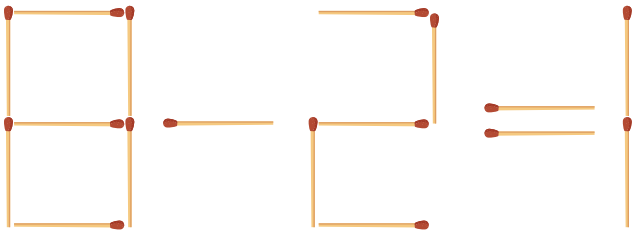
1. Den ene holder begge hænder fremme med håndfladerne opad.
2. Den anden holder en centicube over hver hånd.
3. Nu slippes **én** af centicubene.
4. Den med de åbne hænder skal hurtigt lukke den hånd, hvor centicuben **ikke** falder ned og holde den anden hånd åben.

Hvorfor kan dette være svært?

SÅ SKAL DER TÆNKES!

I arbejder sammen to og to.

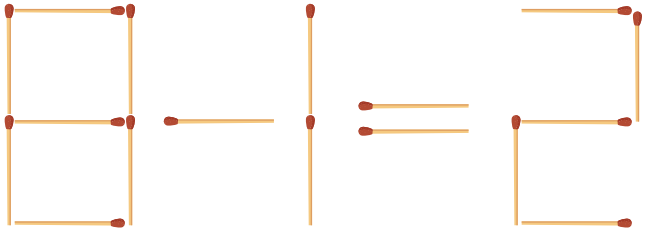
Flyt en tændstik, så regnestykket bliver rigtigt.



SÅ SKAL DER TÆNKES!

I arbejder sammen to og to.

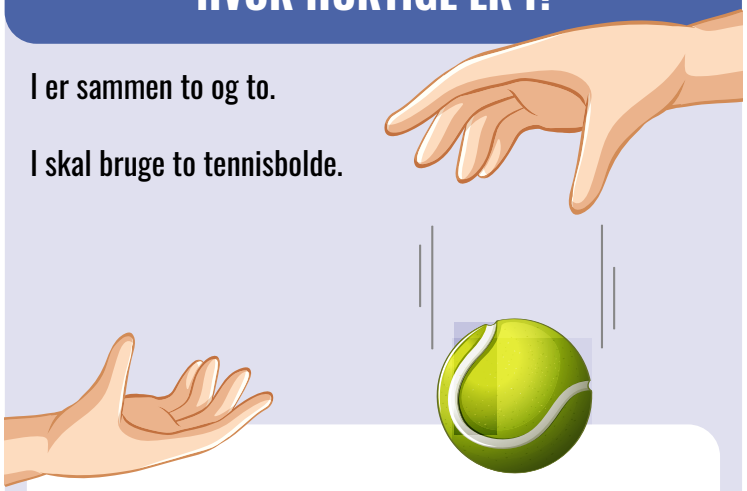
Flyt en tændstik, så regnestykket bliver rigtigt.



HVOR HURTIGE ER I?

I er sammen to og to.

I skal bruge to tennisbolde.



1. Stå over for hinanden med næsten strakte arme med knoerne mod hinanden.
2. Den ene har en tennisbold i hver hånd.
3. Uden varsel slippes den ene bold.
4. Den anden skal fange og gribe bolden inden den rammer jorden.
5. I skiftes til at holde og slippe boldene.

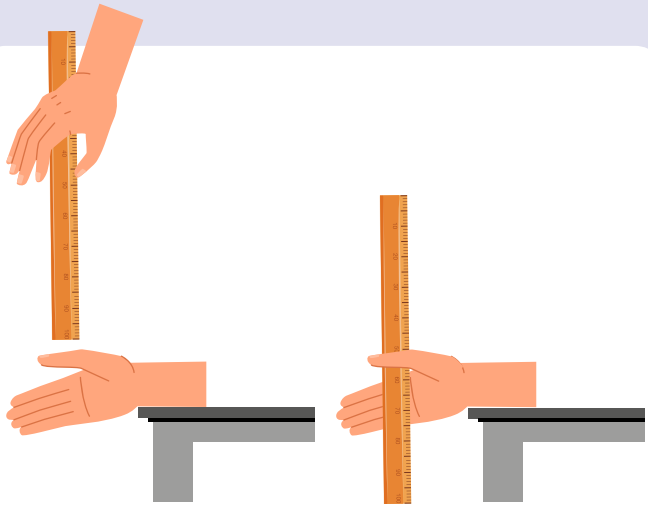
Prøv at gøre det lettere eller sværere.

HVEM ER HURTIGST?

I er sammen to og to.

I skal bruge en lineal på 30 – 40 cm og et bord.

Se opstillingen på billedet.

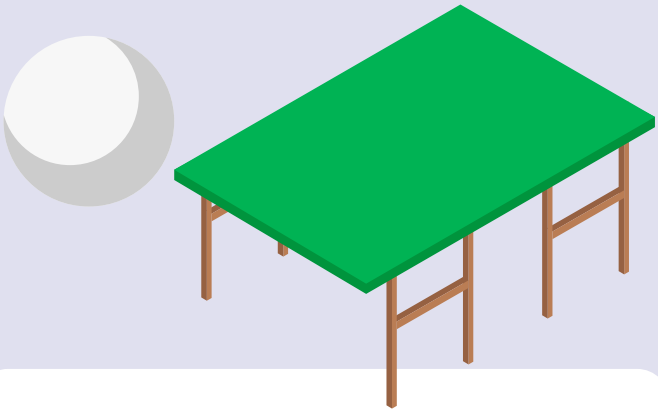


1. Den ene holder linealen – den anden er klar til at gribe.
2. Når linealen slippes, skal den gribes så hurtigt som muligt.
3. Prøv nogle gange begge to.
4. Aflæs på linealen, hvem der er hurtigst.

TÆL MED BORDTENNISBOLD!

I spiller to og to mod hinanden.

I skal bruge en boldtennisbold og et tomt bord.

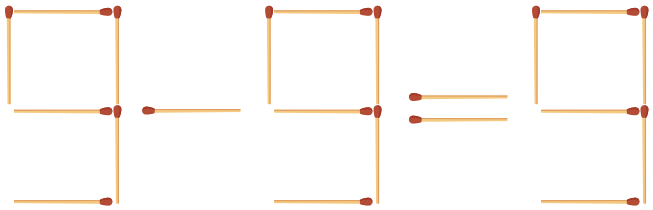


1. Stil jer ved hver jeres ende af bordet.
2. Skift til at få bolden til at hoppe på bordet.
3. Start med 1 hop.
4. Når det lykkes, skal I prøve 2 hop, så 3 hop, så 4 hop og til sidst 5 hop.
5. I kan først gå videre til næste tal, når I har ramt det præcise antal hop.
6. Først til 5 hop vinder!

SÅ SKAL DER TÆNKES!

I arbejder sammen to og to.

Flyt en tændstik, så regnestykket bliver rigtigt.



DU TEGNER - DU SKRIVER - DU HUSKER

I er sammen to og to.

1. Elev A læser de røde ord højt.
2. Elev B tegner eller skriver stikord og prøver bagefter at huske ordene.
3. Byt roller.
4. Elev B læser de grønne ord højt, og Elev A tager noter og prøver at huske ordene.

Citron	Kængurn
Lastbil	Kasse
Ged	Stjerne
Hue	Hammer
Pizza	Skib
Paraply	Pude
Lineal	Saks
Ananas	Høne
Slot	Blyant

DU TEGNER - DU SKRIVER - DU HUSKER

I er sammen to og to.

1. Elev A læser de røde ord højt.
2. Elev B tegner eller skriver stikord og prøver bagefter at huske ordene.
3. Byt roller.
4. Elev B læser de grønne ord højt, og Elev A tager noter og prøver at huske ordene.

Blomme	Skib
Metro	Hjerte
Tæppe	Sommerfugl
Gulerod	Flaske
Lås	Ballon
Delfin	Æble
Radio	Hammer
Pandekage	Briller
Bænk	Blomst