

Forslag til aktiviteter om bevægelse

Titel	Læringsmål	Hvor	Hvor	tegn på læring	beskrivelse af aktiviteten	Klassetrin	Klassetrin	Klassetrin
Cirkelmassage	At skabe indre ro og fælles ro i klassen. At bryde fysiske grænser og gøre kontakten i klassen nemmere	Inde		Deltagerne modtager og yder fysisk omsorg. Bedre sammenhold i klassen	Børnene sætter sig i en rundkreds og holder om skulderen på den kammerat, der sidder foran. Pædagogen slukker lyset og trækker gardinerne for og sætter afslappende musik på. I ca. 10 til 15 minutter masserer børnene hinanden. Cirklen kan evt. vendes rundt, så "naboen" masseres efterfølgende	Indskoling	Melletrin	
Musikstafetten	Forståelse for musik, dans og rytme - samt fællesskab og samarbejde	Inde		Vil meget gerne deltage i aktiviteten igen	I uge 1 har vi fokus på sang og tekster. I uge 2 fokus på dans og bevægelse og i uge 3 satte vi dans og musik sammen med "mælke Karacas", som børnene lavede i klassen. Find mere inspiration på <a href="http://www.edutainmenthuset.dk/">http://www.edutainmenthuset.dk/</a> . Vi valgte at arbejde med Rasmus Seebach sange	Indskoling		
Pigegymnastik	Socialisering, finde ro i sig selv, tillid, tro på sig selv	Inde	Ude	Stort ønske om at gentage aktiviteten. Pigerne virkede tilfredse og mere glade	De muslimske piger fik mulighed for at smide tørklædet og ryste håret. Skønne gymnastikøvelser og afslapning på stor madras efterfølgende, der har plads til alle pigerne. Rar musik og snak om følelser. Andre gange boldspil, leg i reb. Det er ok at lege, selvom man er teenager.	Indskoling	Melletrin	Udskoling
Grammatik i bevægelse	Grammatik	Inde	Ude	Børnene har bedre kendskab til grammatik	En står som et navneord - De andre i klassen skal så gætte ordet. Næste gang bevæger en sig som et udsagnsord og ordet skal så gættes. Legen kan udvides i mange retninger fx ental/flertal og nutid/datid	Indskoling		
Spark til dåse	Vær opmærksom på andre		Ude	Bedre trivsel	Udgangspunktet er "almindelig spark til dåse". Børnene deles i hold (3 til 5 elever) 2 elever er, og skal holde i hånden. De øvrige gemmer sig, ingen kan befri alle, man befrier sit hold.	Indskoling		

Leg og Lego	Bedre trivsel	Inde		Øget hyggesnak og relationer	Spred rigtig meget LEGO ud på gulvet (gerne Duplo) - Børnene placeres rundt omkring - Lad nu børnene finde fx de blå klodser eller de røde klodser eller lign på tid - når pædagogen siger "hand off" rører ingen klodserne. Til lidt større børn kan der bruges tøjklammer, som klodserne skal tages med eller brug kun venstre hånd. Find til sidst en figur/dyr og lad børnene 2 og 2 bygge et hus til figuren af de klodser, som de har samlet - slut af med at lege	Indskoling		
3 mand høj	Koncentration, socialt samvær, strategi		Ude	Spilletts regler kan huskes og udnyttes	Legen er beskrevet i bogen "Gamle idrætslege". Børnene står i en kreds (stjerneformet) - en er kat og en er mus, katten skal nu fange musen, musen kan få "helle", når den stiller sig bagerst, nu skal den næste i rækken være mus, når katten har fanget en mus, råbes der tik, og ny kat vælges (legen egner sig godt til elever med forskellige aldre)	Indskoling		
Lad Hulahopringen vandre	Kropsbevidsthed og koncentration		Ude	Det er en leg, hvor børnene bliver bedre og bedre, og viser stor glæde ved, at de kan se, at de bliver bedre	Enten laves en stor rundkreds eller 2. Børnene holder hinanden i hænderne. Hulahopringen hænger på armen mellem 2 børn. Nu gælder det om at få kroppen igennem ringen uden at slippe klassekammeratens hånd. Hulahopringen går rundkredsen rundt	Indskoling	Melletrin	Udskoling
Rul et bogstav eller tal	Bedre til tal og bogstaver	Inde	Ude	Genkender ord, tal	To til tre børn ligger på hvert sit rullebræt. Bagerst i gymnastiksalen/legepladsen ligger en bunke tal/bogstaver. Pædagogen giver barnet en opgave fx stav til hest. Herefter henter barnet først et h, dernæst et e etc.	Indskoling		
Diktatstafet	Bedre til at stave/læse	Inde	Ude		Stil børnene i stafetrækker. Nr. 1 fra hvert hold løber ned til en spand (fyldt med ord fx 150 forskellige) trækker et ord og løber tilbage til den næste i rækken, som så skriver det ned i et hæfte/papir. Nr. 2 løber nu hen til spanden og trækker et nyt ord, læser det for nr. 3 etc. - fortsæt til spanden er tom eller tiden er gået	Indskoling	Melletrin	

TIK med opgaver	Lær sammensatte ord	Inde	Ude		Børnene leger Tik. Når de bliver taget, skal de trække et kort hos pædagogen. Her trækker de fx ordet mad. Børnene går nu rundt mellem hinanden og skal finde en makker fx kasse= madkasse. Når ordet er fundet er man med i legen igen	Indskoling		
Matematikløb	Regnetræning		Ude	Bedre kundskaber i matematik	Børnene får et stykke papir med 10 forskellige regnestykker på. Rundt på sportspladsen/legepladsen hænger 10 poster i forskellige farver med facit. Løsningen på opgaverne skal nu findes. Ved et rigtigt svar vender de tilbage og nævner farven på opgaven, så der kan ikke snydes og de skal fysisk ud til alle posterne	Indskoling		
Bevægelsesmemory	Samarbejde, opmærksomhed		Ude		Lav et memory spil i et fag eller emne. Sæt en snor i den ene halvdel af et stik, så man kan hænge det op udendørs. Den anden halvdel af stikket lægger man i en kasse. Del børnene op i hold ca. 5 på hver, hvert hold får en lyd fx dyrelyd. Hvert hold trækker et kort og man løber ud for at finde den, der passer til kortet, når det er fundet siger holdet sin dyrelyd, og der løbes samlet tilbage og trækkes et nyt kort	Indskoling	Melletrin	
Dansetid	Bevægelse og koncentration	Inde	Ude	Bedre koncentration efterfølgende og styr på kroppen	Forskellige danse tilpasset 0. til 9. klasse, dans fx på stolene, bordene - søg inspiration på dansetid.dk	Indskoling	Melletrin	Udskoling
Svar med din krop	Bevægelse og koncentration	Inde	Ude	Bedre koncentration efterfølgende	Alle børn står/sidder, der hvor de nu er. Pædagogen siger fx alle der kan lide vingummi, stiller sig foran en stol, eller alle dem der har været inden i frikvarteret, sætter sig på bordet. Børnene må ikke tale, kun svare med kroppen. Indimellem kan der tales om svarene, og udledes mange gode snakke	Indskoling		
Kortspil i rundkreds	Øve tal og bogstaver, bevægelse	Inde	Ude	Huske tal, bogstaver og farver	Sæt børnene i en rundkreds. I midten ligger et spil kort, på skift trækker børnene et kort fx ruder seks. Barnet vælger en bevægelse fx 6 englehop og alle laver så 6 englehop. Næste barn trækker et nyt kort og gentager seancen. Knægt, dame, konge, joker tæller for 11, 12, 13 og 25. Variation af legen kan være, at pædagogen på forhånd har bestemt en bestemt øvelse til hver kulør	Indskoling	Melletrin	

Billede og tal løb	Afkodning af tal og billeder		Ude		Hæng 10 til 20 billeder op i skolegården. På hver tegning er et billede af fx 4 huse eller 12 katte - Børnene har et ark med billederne på, så nu skal der noteres, hvor mange huse eller katte, der er på de ophængte billeder	Indskoling		
Bingoløb	Afkodning af tal		Ude		Der hænges 10 poster op i gården. På hver post står 6 tal - Hver elev får en bingoplade og en blyant. Bag på bingopladen står 10 tal fra 1 til 10, her skal eleverne krydse af hver gang de har været ved en post. Øvelsen går ud på, at børnene lærer at aflæse tallet på bingopladen	Indskoling		
Hop tabeller	Tabeller		Ude		Børnene står i rundkreds. Pædagogen siger regnestykkerne fx 4 gange 4 - resultatet hoppes eller klappes. Børnene kan også stå i rundkreds og sige tabellen, et tal hver - det er altid spændende, hvor langt de kan komme	Indskoling		
Find ord	Læsning		Ude		Udvælg 6 ord af de 120 ord, sæt dem op i skolegården. Børnene får et lille hæfte, som skal ligge i klassen. Børnene går ud i gården og aflæser ordet, og skynder sig tilbage og noterer det i hæftet	Indskoling		
120 ord	Læsning, stavning	Inde	Ude		120 ord spredes ud i en bunke i gymnastiksalen/skolegården. Børnene fisker et ord, kommer over til pædagogen og læser ordet og forsøger at stave til det. Det gælder om at læse så mange ord som muligt på den aftalte tid	Indskoling		
Crosfitt	At lære at idræt kan være sjovt og anderledes	Inde	Ude	Når aktiviteter bliver brugt i frikvarterne og hjemme	Lav 8 stationer med øvelser. Brug fx bord, stole, tomme flasker til remedier - lav billedbeskrivelser til alle aktiviteterne. Børnene følges ad 2 til 3 til hver station. Der arbejdes 1 minut, og 1 minut pause etc.	Indskoling	Melletrin	
Menneske Stratego	Regler for lege, samarbejde, talforståelse		Ude	Kender kortene og talrækker	Lav laminerede kort over alle brikkerne i Stratego. Børnene får et kort hver og løber rundt blandt hinanden og melder, det stærkeste kort vinder og "taberen" løber til egen base, og får et nyt kort - de samme regler som i almindelig stratego. Det gælder om at erobre hinandens fane - hvert hold har samme farve kort. Spillet kan udvides til 4 baser (4 farvekort)	Indskoling	Melletrin	

Leg på streg	Motorik, bogstaver og tal		Ude		Mal en taltavle på jorden i skolegården og lav regnestykker. Eller lav bogstaver og sig, at der kun må hoppes på vokaler eller stav ord	Indskoling		
Gamle lege fra bedstemor og bedstefars tid	Lær nye lege og regler og samarbejde		Ude		Søg inspiration på nettet fx kluddermor, sparke til dåse, trillebånd, alle mine kyllinger, banke bøf etc. - kun fantasien sætter grænser	Indskoling		
Hente bogstaver/danne ord	Øve bogstaver, danne ord, få motion	Inde	Ude	At eleven får overskud/energi til at blive en hel skoledag	Materialer - Alfabetet x 10 (eller mere) papir, blyant – klippet ud i enkeltbogstaver - Børnene deles i hold af 4 til 5 -Bogstaverne placeres i den ene ende af hallen med forsiden oppe - Holdene er bag hver sin kegle midtvejs i hallen -En fra hvert hold løber på skift ned og henter et bogstav (evt. 2 ad gangen) og tilbage til sit hold og forsøger at danne ord - Hvor mange ord kan hvert hold danne på fx 20 minutter (skrives op) - Hvem får først dannet 10 ord (skriv op) - Lav sætninger	Indskoling		
Rimeord	Optimere læse- og ordforståelse, samt det sociale og relationelle aspekt		Ude	At børnene blev bedre til at høre rimeord	Jeg havde hængt 6 rimeord op i træerne (bad børnene gøre det) - Handling: ordene var lagt på et tæppe. Barnet trækker et ord og løber ud og finder den post, der rimer på ordet - De hjalp hinanden og de løb sammen	Indskoling		
Faglig stikbold	Repetition fra timerne		Ude	Der er læring hos både oplæser og udøver	Hvis/når man bliver ramt af bolden, skal man svare på et spørgsmål – gå ud til et barn som læser/giver et spørgsmål fx en tabel eller hvilken årstid er december? - Oplæseren kan korrigere, hvis svaret ikke er rigtigt (svaret står på kortet)	Indskoling		
Bevægelse - faglig	Tabeller	Inde	Ude		Boldspil i hal, når man er "død" får man et gangestykke og løser det og bliver "levende" igen og leger videre - Kan tillige bruges med ordgrupper fx navneord, tillægsord, udsagnsord	Indskoling	Melletrin	

Fangeleg	Styrke læring i udsagnsord, tillægsord og navneord	Inde	Ude	Grammatik forståelse	Lav en masse ord på kort: udsagnsord, navnord etc. - Spred kortene ud på gulvet i den ene ende af gymnastiksalen - Børnene står i den anden ende og pædagogen står i midten - Børnene skal løbe ned til kortene og trække et kort - De skal identificere ordet som enten navneord, udsagnsord eller tillægsord - Nu skal børnene løbe forbi pædagogen med kortet og passe på ikke at blive fanget - Bliver barnet fanget skal barnet høres i hvilken ordgruppe kortet tilhører, og lave en sætning med ordet - Når barnet har svaret må det løbe ned til start, hvor 3 kasser står med de 3 ordgrupper - Til sidst gennemgås de 3 kasser med ord, for at se om børnene har ramt plet	Indskoling		
Batman	Lære at læse ord, træner bogstav, lydforbindelser og anvende enkle før-læsestrategier	Inde	Ude	At de kan læse ordkortene	Der vælges en Batman - Batman placeres i den ene ende af rummet med en kappe om sig - Børnene står i den anden ende og råber "Batman hvad har du under din kappe i dag?" Batman svarer "jeg har en ..." og viser et ordkort med fx sommerfugl - Når et barn har sagt ordet højt, må alle børn flyve som en sommerfugl ned til Batman og løbe tilbage igen - Et nyt ord vises fx slange, hund, snurretop, motorcykel, balletdanser - Skift Batman ud... - Download ordkort på skolen i bevægelse (skoleidræt)	Indskoling		
Samarbejde og trivsel	Samarbejde i hold, få alle i klassen med, respekt for hinanden (bedre trivsel i 6. kl. og 8. kl.)		Ude	Bedre klima i klasserne, gladere børn og unge	Tagfat leg/spil som hedder Frisk, hvor man skal samarbejde på hvert sit hold for at det lykkes at vinde - Man har forskellige roller på holdene - Boldspil som hedder Karos bold, der er 3 hold mod hinanden - Man skal passe på sit eget hold, men samtidig skal man ramme de andre hold med en bold - Walk and talk med forskellige makkere/grupper og gå og tale om forskellige emner		Melletrin	Udskoling

Leg med tal	Talforståelse 1-10, samarbejde, turtagning, begyndende additions-behov	Inde	Ude	At eleven får behov/interesse for at lægge point sammen	Find et område på størrelse med en rundboldbane/gammeldags gymnastiksal. Lav 4 stationer i hjørnerne med hver af de 4 spillekort-kulører + en bevægelsesaktivitet. (Bevægelsesaktivitet kan f.eks. være englehop, sprællemænd, kolbøtter, sjipte lign.) I midten lægges 1 sæt spillekort. Eleverne finder sammen 2 og 2 (A og B) og stiller sig i midten. Selve legen; A trækker et kort. Løber til den station med det pågældende korts kulør. Aktiviteten på stationen laves det antal gange, som fremgår af kortets tal. (billedkort betyder løb ud til stationen og tilbage igen uden at udføre aktiviteten) B bliver i midten og laver løb på stedet, indtil A er tilbage. Herefter bytter man så B trækker kort og løber til station, mens A løber på stedet. Når alle kort er trukket, er legen slut. Hvert par lægger sine point sammen. Point sammentælles ud fra kortenes numeriske værdi – billedkort tæller 0. Brug evt. centicubes, streger på papir el.lign.. Aktiviteterne på stationerne kan skiftes ud med små faglige opgaver fx. løs et antal matematikopgaver, Skriv et antal små ord, Skriv et antal konsonanter, Skriv et antal dyr - Antallet af opgaver = spillekortets numeriske værdi	Indskoling	Melletrin
Orme-Orla massage	At man lærer at det er ok at røre ved hinanden og at man skal kunne røre ved hinanden på en behagelig måde	Inde	Ude	At børnene lærer at respektere hinanden og den måde man behandler hinanden godt og huske på de gode ting man kan gøre ved hinanden	Se <a href="http://www.aksos.dk/idraetognaturbh-olympia/Kurser/Massage-historier.pdf">http://www.aksos.dk/idraetognaturbh-olympia/Kurser/Massage-historier.pdf</a> - Det er massage øvelser med en sød lille historie til og børnene efterspørger tit øvelserne igen for at gøre det igen	Indskoling	Melletrin

Skattejagt i skoven	Samarbejde i mindre grupper, to og to, få styr på højre og venstre, afmåle egen skridtlængde i forhold til fx 20 m		Ude	Kender højre og venstre, og måleenheder	To børn er sammen, og skal finde en fælles ting, som den ene skal gemme i et afgrænset område i skoven fx indenfor 30 x 30 meter. Makkeren skal så efter den andens anvisning (mundtlig eller skriftlig) finde frem til den fælles ting/skat - Herefter bytter man roller	Indskoling		
120 ord fangeleg	120 ord	Inde	Ude	Kan sige ordet og lave en sætning med det	Lav først 120 ord på sedler evt. lamineret. Der er 2 fangere. Alle får en seddel med et ord. Når et barn bliver fanget - bliver dette barn ny fanger, og den tidligere fanger går hen til pædagogen med sedlen, siger ordet og evt. en sætning med ordet - barnet får et nyt ord og løber ud på banen	Indskoling		
Træk i Guleroden	Samarbejde	Inde	Ude	Øget samarbejde	Del evt. piger og drenge i 2 grupper - vælg 1- 2 der skal være i starten. Resten ligger sig i 2 klynger og holder fast i hinanden. De 1-2 som er, skal så prøve i samarbejde at få dem i klyngen fri. Hvis man får revet 2 fri, som stadigvæk hænger sammen, er de stadigvæk en klynge. Dem som er helt frie hjælper med at få resten fri. Det er forbudt at kilde, rive i skulder etc. Det handler om at samarbejde	Indskoling	Melletrin	Udskoling
Bombe quiz	Viden og samarbejde		Ude	Huske svar, samarbejde	Lav i skolegården en stor spilleplade med 81 felter fx Lav en rute gennem kvadratet uden at børnene ser det og lav ca. 20 spørgsmål. Del børnene i 2 grupper. Første deltager stiller sig på felt nummer 1, svarer holdet rigtigt på spørgsmålet, må der rykkes felt ( lige ud eller til siden). Lander de på felt nummer 2, får de et nyt spørgsmål, lander de på et unavngivet felt er det en bombe og turen er slut - og det andet hold har nu turen	Indskoling	Melletrin	



Sprog MEMORY	At bevæge sig, bedre til sprog	Inde		At eleverne bliver hurtigere og hurtigere til at parre og genkende ord	engelsk/dansk eller dansk/tysk memory, ord på 2 sprog, skrevet ud på A4 ark og lamineret (med en farvet bagside, så man ikke kan se igennem). Jeg har spil af varierende sværhedsgrad. Læg alle de engelske ord med forsiden opad i den ene ende af gymnastiksalen, og i den anden ende ligger de danske ord i en bunke med bagsiden opad. Eleverne deles i 2 hold. En deltager fra hvert hold trækker et ord og løber ned og finder modparten. Resten af holdet bliver, men må gerne hjælpe. Når stikket er afleveret og godkendt, trækker en ny elev et ord. Er stikket forkert, skal de 2 kort lægges tilbage. Det bliver hurtigt en kamp om at samle flest stik, mine sæt består af ca. 45 ord. En fransk/tysk udgave kan også laves		Melletrin	Udskoling
Alfabet teater	Kunne fremlægge, og brugt sproget	Inde	Ude		Lave 4 til 5 kort om et emne fx om et bogstav i alfabet, vælg fx i - og tegn på kortene is, isbjørn etc. Del klassen i grupper - og lad hver gruppe trække et kort. Grupperne laver en kort teaterforestilling med masser af bevægelse (ca. 10 minutter) , som de viser for klassen. Lad tilskuerne give feedback. Børnene kan også selv fremstille kortene, der trækkes	Indskoling		
Massagehistorier	Børnene får bedre kendskab til hinanden - den man rør driller man ikke, og meget andet	Inde		Børnene lærer at slappe af ved andres berøringer og bliver bedre til at løse konflikter selv og bliver trygge ved hinanden	To gange to masserer børnene hinanden, pædagogen læser massagehistorier op og viser tilhørende massagebevægelser	Indskoling	Melletrin	
Brug genbrug	Lær om affald og genbrug		Ude	Engagement og større viden	Besøg genbrugsstationen. Spil strategispil om affald fås på affald.dk. Besøg forbrændingen, et genvindingsfirma og en genbrugsplads og en genbrugsbutik. Så får du leg, spil, læst, læring, fysisk aktivitet og fordybelse	Indskoling	Melletrin	

Holdstik	God taber og god vinder, holdånd, samarbejde på tværs, motorik, kaste/gribe	Inde	Ude	Inklusion. Alle får bolden. De hjælper hinanden og kaster/griber bedre	Børnene inddeles i hold, der er ca. lige store fx grøn, gul, rød. Grøn skal så udrydde gul og rød ved at spille sammen (bolden skal slås i jorden, da man "dør" af at blive ramt, og kaster "dør" hvis bolden gribes). Det sammen gælder når rød eller gul får bolden. Sidste barn tilbage på banen fra holdet, sørger for sejren til hele holdet. God ide at alle hold laver kampråb	Indskoling	Melletrin	
Styrk dit ordforråd	Lære nye ord		Ude	Engagement og viden	På en gåtur sætter børnene navn på alt mellem himmel og jord, som vi møder - Pædagogen skriver ned og er behjælpelig med at finde på, hvis børnene går i stå (spørger også ind)	Indskoling		
Virus	Hovedregning		Ude	Når børnene får sendt de rigtige afsted	Kræver en kegle, 1 tennisbold og 2 hulapringe. Klassen deles op i 2 hold, det er vigtigt, at der er lige mange på hvert hold. Alle får et nummer. Keglen stilles i midten mellem de 2 hold. Det barn der er tilovers eller pædagogen siger fx nummer 2. to'erne løber hen og skal tage bolden og komme først hen i sin ring uden at blive taget. Når børnene er hjemme i plus og minus kan man begynde at lave hovedregning, så de skal regne ud hvem der skal løbe	Indskoling	Melletrin	
Stopdans med sætninger	Lære at danne sætninger			Når sætningerne er for nemme laves nye kort	Lav en masse kort med ord - del børnene op i grupper på 3 til 4. Børnene får nu hver fx 6 ordkort, og skal danne en sætning af ordene. Musikken tændes som i stopdans og slukkes, dem der ikke har dannet en sætning er ude, derefter får de resterende nye ordkort	Indskoling		
Cykelture	Sociale spilleregler		Ude	Kan indgå i dialog med andre og selv løse konflikter	Cykelture i lokalområdet evt. Besøge steder, da jeg kører alene med børnene bruger jeg walkie talkie - jeg har udnævnt en til at køre forrest og kører selv bagerst, så jeg kan se alle børnene	Indskoling	Melletrin	Udskoling

Stikbold med nye regler	Samarbejde		Ude	Alle deltager og følger reglerne	Jeg har drengene. Der er et hierarki blandt drengene og en del er grove overfor især de stille drenge. Jeg sætter drengene sammen to og to, men ud fra hvor jeg kan se, at de skal lære at samarbejde. Legen går ud på at spille stikbold, men min regel er, at den ene dreng må kun samle bolden op, så skal han give den anden dreng bolden. for han må kun skyde. samler "skyderen" bolden op, så dør holdet. efter 5 til 10 minutter skiftes roller, så begge drenge prøver at være både skyder og samler	Indskoling	Melletrin	
Kongespil med variationer	Samarbejde		Ude		Del eleverne i 2 hold. Når et hold har væltet en af de andres kegler skal det hold, hvis kegle er blevet væltet udføre en "straf" fx 10 englehop, armbøjninger, løbe en omgang, stove til et ord etc.	Indskoling	Melletrin	
Rundbold med frisbee	Sved på panden og samarbejde		Ude	Der smiles, grines og udveksles taktikker	Rundbold med frisbee er nem at gå til og fanger store børn. Alle kender de almindelige regler og kan derfor komme hurtigt i gang. Spil evt. Kun med 2 "døde" eller på tid, så alle får prøvet at kaste		Melletrin	Udskoling
Lær at sjippe	Glæde ved at lære nyt		Ude	Kan sjippe, og lære at øvelse gør en bedre	Alle skal lære at sjippe - lave øvelser mv.	Indskoling		
Gang stykker	Lære tabeller	Inde		Bedre til at regne	Børnene får udleveret et gange stykke med resultatet skrevet på en lille lap. Man går nu rundt mellem hinanden, mens man holder hånden på facit, man udspejler klassekammeraterne, hvis der bliver svaret rigtigt, byttes der seddel, og man går videre til en ny klassekammerat. Der blevet øvet gangestykker samtidig med at man bevæger sig	Indskoling		
Sammenhængende ord	Kunne genkende sammenhængende ord og beskrive det for et andet barn/voksen og få gang i kroppen		Ude	Øget ordkendskab	Kort med forskellige ord lægges ud fordelt på et stort område fx skolegården eller legepladsen. Børnene skal 2 og 2 så løbe/gå ud fra et bestemt punkt, hvor du som pædagog er, og finde sammenhængende ord (der giver mening) komme tilbage og få den godkendt. Variation: hvem finder flest ord på tid	Indskoling		

Rund fodbold	Kropskoordinering		Ude	Når spillet flyder	Rundbold der spilles med en fodbold. Man sparker bolden ud i stedet for at bruge et bat, hvis bolden bliver headet inden den rammer jorden er man "død". Hvis man er i marken og kan ramme en kegle med bolden før løberen når den, er keglen lukket og løberen må løbe tilbage til den kegle, man kom fra	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling
Her bor jeg	Forståelse for andre	Inde			Alle laver en tegning af sit hus. Herefter går man tur rundt til alle husene og tager et billede foran hoveddøren. Man sætter billedet på elevens tegning, så man kan se hvem der bor her. Samtidig får man trafiklæring og den enkelte elev viser stolt selv vejen til sit eget hus	Indskoling		
Lær en rytme	Lær om musik	Inde		Glæde og ønske om at optræde for andre	Vi øver forskellige rytmer, som enten klappes, trampes eller slås på instrumenter. Børnene slår en rytme, og de andre skal følge med. Det går på skift. Vi udvælger 3 sange, der bliver spillet i baggrunden, her følger børnene rytmen. Senere prøves med mikrofoner, så øver vi teksten samtidig med at vi slår rytmen og synger. Til sidst bliver det hele sammensat med en optræden, hvor de synger og slår på rytmeinstrumenter for de øvrige børn i sfø'en. Børnene har oplevet stor succes, det her kan vi, og de foreslog selv at det skulle ende op med en optræden, fordi de ville vise, hvor dygtige de oplevede, det at have og lave musik det var	Indskoling		

Læring i bevægelse	Samarbejde i grupper, udarbejde materialer og lære at formidle deres aktivitet til andre børn		Ude	Samarbejde, fremlæggelse for andre, skriftlig formulering	Klassen deles i mindre grupper på 2-5 elever i hver. De bliver præsenteret for "læring i bevægelse" via netsiden "sæt skolen i bevægelse". Hver gruppe vælger en aktivitet eller udvikler selv en aktivitet. Aktiviteten nedskrives med formål, læringsmål, aktivitet og variation. Der udvikles materiale til aktiviteten. Efterfølgende fremlægger de aktiviteten for klassen og brugte deres klassekammerater i aktiviteten. Det var generalprøven. Målet var at de kom ud i klasserne i indskoling eller mellemtrin og viste klasserne deres aktivitet, derved vidensdelte de læring i bevægelse med andre klasser og lærere. Klassen er nu ambassadør for læring i bevægelse og har lavet materiale til indskoling og mellemtrin. Der var stort engagement og medansvar i hele processen.		Mellemtrin	Udskoling
Kroppen	Lær om din krop	Inde		Øget viden	Emnet kørte over 14 dage. Vi så film, underviste, sang, bevægede os, lavede mad osv. Vi afslutter med en gruppeopgave, hvor de sammen skal finde frem til hvad, der er godt for kroppen ud fra blade og aviser - klippe klistre på plancher og fremlægge	Indskoling		
Faglig leg	Bevægelse		Ude	Spillet spilles efterfølgende- eller legen leges	Del klassen i grupper med ca. 4 børn i hver. Hver gruppe finder på en leg eller boldspil. Herefter skal de selv videreudvikle spillet/legen, så der kommer noget fagligt ind fx matematik-fodbold, bogstav-gemmeleg. Den nye leg beskrives på papir med hvordan gør man, regler etc. Papirerne indsamles og sættes i mappe, så kan der altid vælges en god leg	Indskoling		
Lige/ulige	Talforståelse og bevægelse		Ude	Glæde	Børnene stiller på på 2 rækker. En række hedder lige og den anden ulige. Et barn eller jeg siger et tal, er tallet lige skal uligerækken fange dem fra ligerækken inden de når ind over hellelinjen. De børn der er fanget går herefter ind i ulige rækken. - Legen kan udbygges med regnestykker og resultatet af regnestykket afgør hvem der skal fange hvem. Kan bruges på mange klassetrin, da sværhedsgraden på regnestykkerne tilpasses deres niveau	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling

Politi og røvere	ordforståelse, begreber, bevægelse		Ude	glæde	En masse bogstaver lægges på gulvet, der udpeges 2 børn til politi (dem der fanger) resten af børnene er røvere. Alle røverne får et bogstav hver, når de fanges, går de i "fængsel". Når røverne er i fængsel, skal de danne ord af bogstaverne, de har hver især, når de har lavet et ord, som den voksne godkender, er de befriet og kan tage et nyt bogstav, også her kan legen bruges på mange klassetrin, da kravet til ordene kan være et bestemt antal bogstaver, bestemte ordklasser, kun tyske ord, engelske ord - kun fantasien sætter grænser	Indskoling	Mellemtrin	Udskoling
Legehjulet	Samarbejde og relationer		Ude		Har brugt en app, som hedder legehjul.dk det er en app, hvor den er formet som et hjul, som kan drejes. Hjulet stopper nu ved en leg, og der er en film til, der forklarer legen og hvad opgaven går ud på. Jeg har lavet den på forskellige måder enten i pige/dreng grupper, eller for hele klassen, eller delt klassen i 3 grupper. Efterfølgende har vi lavet vores eget legehjul, hvor børnene selv har bestemt hvilke lege, der skal fremgå	Indskoling		
sjov med regning	Rutine i regning	Inde		Bedre hovedregning	Brug terninger med tal op til 12 og lister med linjer til regnestykkerne og plads til navn øverst. Terningerne placeres i den ene ende af rummet og eleverne i den anden ende. Eleverne deles i par (gerne med en stærk makker) Skiftes til at løbe op og slå med terningerne, løber tilbage skriver/regner med tallene efter 3 minutter byt. Husk eleverne på at stykket skal regnes inden nye tal må hentes. God konkurrence, hvor motivationen er stor	Indskoling		
Cyklistprøve	Bestå cyklistprøven i 6. klasse		Ude	De bestod alle	Vi startede med at gennemgå færdselsregler, tjekkede cyklerne, gik ture og diskuterede hvad der skete i trafikken og hvad der kunne ske. Senere gik de selv afsted i små grupper og observerede		Mellemtrin	

Bogstavstafet	Lær alfabetet, hukommelse, samarbejde, deltagelse i fællesskabet, bevægelse, trivsel	Inde	Hjælper hinanden på holdet, team ånd i stedet for at finde bogstaver selv, at de har det sjovt	Brug 2 hold kort med bogstaver fra a til å. Klassen deles i 2 grupper. Kortene med bogstaver fordeles med ryggen opad i midten af rummet. Holdene laver en stafet, hvor den første løber løber ind og vender et kort. Hvis det er et a må løberen tage kortet med tilbage, hvis det er et andet end et a, vendes det igen. Og den næste deltager løber ind og vender et kort. Det hold som først finder alfabetet har vundet	Indskoling	
Gange stafet	Træne tabeller	Ude	Øget sikkerhed i tabellerne	Brug 4 kegler, 2 terninger med 9 sider (tal fra 1 til 9), ceticubes. Ved større børn bruges 3 terninger hvor der først ganges med de 2 største tal herefter med det laveste. Del klassen i 4 hold. Send hvert hold til en base (hjørne hvor keglen står). Pædagogen fortæller hvilken figur grupperne skal bygge af deres ceticubes (fx. en firkant med 4x5 ceticubes, et tal, et bogstav) hver omgang udleveres der en ceticubes til den elev af de 4 i midten, der først kan sige det rigtige resultat (det er vigtigt at holdene er blandet godt med både stærke og svage elever på hvert hold). Den elev der står forrest i hver af de 4 grupper løber hen til pædagogen, som slår med terningerne, så skal der regnes, den der først siger det rigtige resultat får ceticubes (der gives kun et forsøg og gruppen må ikke hjælpe). Eleverne sendes retur og stiller sig bag i køen. og de næste 4 elever løber frem	Indskoling	Melletrin
Tabelløb	Regning	Ude	Taltræning og bedre kondition	Del klassen i 2 hold - giv hvert hold et gangestykke. Den første løber fra hvert hold løber ned til spanden (banen er lang) og finder resultatet. Næste løber får et nyt regnestykke og løber afsted - det hold der først har en tabel færdig har vundet		melletrin

Stratego	Regning	Inde		Talforståelse	Lav 80 små kort med + eller - stykker, kopier alle kort i 2 sæt (2 forskellige farver) lav også 3 kort med tegning af en bombe. Del klassen i 2 hold med hver sin base på et afgrænset område fx i en gymnastiksal. I basen sidder 1 elev fra holdet og administrerer kortene. Alle elever får nu et kort (inkl. de 3 bomber) og løber ud i "marken", her fanger de en modstander og siger "melder", hvorefter man viser hinanden sit kort. Den som har det højeste facit får begge kort og løber tilbage i basen og afleverer modstanderens kort. Modstanderen løber tilbage til sin base og får et nyt kort. Møder man en med samme facit som en selv, er det "selvmord" og man bytter kort (som så afleveres). Man kan ikke bytte kort til et andet kort i sin egen base, men må beholde det indtil man bliver "dræbt". Et bombekort må ikke melde, men må løbende bytte kort i basen. Det vindende hold er det hold, som får flest kort fra modstanderen.	Indskoling	Melletrin	
Liggende stafet	Lytte, koncentration, bevægelse	Inde	Ude		Børnene deles i 2 grupper evt. piger/drenge. Hver gruppe lægger sig på maven ved siden af hinanden, med hovedet mod midten og mod det andet hold. Når der siges "nu", rejser det barn sig, som ligger bakerst og løber hen og lægger sig ved siden af det første barn. Det er kun barnet som lige har flyttet sig, som må sige NU og lade næste barn i rækken rejse sig. Nu gælder det om, at hele gruppen får bevæget sig ned i den anden ende af salen/plænen. Børnene skal lære at koncentrere sig, lytte, huske deres ansvar for at sige NU, ellers går rækken i stå	Indskoling	Melletrin	Udskoling
Gætte tal	Samarbejde, bevægelse	Inde		Erkende at samarbejde er godt	Lav 2 hold evt. pige/dreng. Hvert hold vælger et tal fx mellem 10 og 20 eller 100 og 200. Den første gruppe skal så arbejde sammen om at danne det valgte tal. Den modsatte gruppe skal gætte, hvad gruppen prøver at vise. Formålet er at samarbejde og derigennem bygge/forme tal med kroppen. Det fungerer godt, hvis gruppen der skal gætte ser resultatet i fugleperspektiv fx. fra en balkon eller fra en trappe	Indskoling		



Bevægelsesbånd	Samarbejde	Inde	Tager ansvar, engagerer sig, aktiv, lærer fra sig, lytter til hinanden, går på kompromis, forhandler	Forløb over 4 uger: Børnene fik til opgave at udvikle deres eget terningspil med bevægelse. De skulle finde på en bevægelse/aktivitet for hvert slag man kan få med 2 terninger. Først gik der tid med at udvikle, forhandle og afprøve til sit eget spil. Efterfølgende skulle de prøve hinandens spil, og til sidst inviterede vi en 3. klasse ned, hvor den ældre klasse skulle stå for gennemførelsen. Børnene blev inddelt i grupper af 4, og fik også til opgave at justere spillet til forskellige alderstrin		Melletrin
Løb til Tyskland	Bevægelse er sjovt	Ude	Børnene glædede sig til aktiviteten og blev bedre til at bevæge sig	Aktiviteten forgik hver onsdag i et par uger. Opret en løberute på skolen ca. 800 meter. Se hvor mange gange børnene kan løbe/gå ruten på fx 45 minutter. Antal omgange blev ganget med 800 meter og omregnet til km/timen. Det samlede antal km blev regnet sammen og tegnet op på et danmarkskort. Så kunne børnene uge for uge følge med i hvor langt, de var nået - for til sidst at afslutte i Tyskland. Aktiviteten var god, da alle kunne deltage, hvis man kun nåede en omgang, havde man alligevel bevæget sig 800 m, der gik sport i at nå flest omgange. Og ingen blev hængt ud, hvis de kun havde nået 1 omgang, for det primære var at bevæge sig	Indskoling	Melletrin
Bogstavstafet	Samarbejde	Ude	Bogstavforståelse	Der skal bruges laminerede bogstaver, flere kopier af samme bogstav, 10-12 kegler. Børnene deles i grupper. Bogstaverne lægges under kegler, en blandet bunke og der kan sagtens være kegler uden bogstaver. Børnene må ikke se bogstaverne blive placeret. Grupperne konkurrerer nu mod hinanden, som i en anden stafet. Det gælder om at finde et bogstav, løbe tilbage og klappe den næste på hånden. Til sidst dannes ord, hvert ord giver point, samarbejde kan også give point, længste ord giver point etc.	Indskoling	Melletrin
Robinsonade - løb	Motorik, almen dannelse og samarbejde	Ude		Børnene skal igennem 5 poster på den øde ø, som de er strandet på. 1. de skal lave et miniature sovested af ting de finder i skoven. 2. ud fra 10 billeder skal de gætte, hvilke 5 der kan spises 3. lav en fiskestang og fang en "fisk" 4. Løb væk fra tigreren (en runde rundt om skolen på tid) 5. skriv SOS med tøj, så det kan ses fra et fly. Børnene mister point hvis en opgave ikke løses 100%. Mister de alle point "dør" de. Fortæl en historie ved hver post om hvorfor den er vigtig fx. uden mad, kan man ikke overleve etc.		Melletrin

Tal stafet med farver	Talforståelse og bevægelse		Ude	Talforståelse	Lav 4 hold - og placer 3 kegler med vilkårligt skjulte tal fra 1 til 9 i fire forskellige farver. Børnene skal nu skiftes til at løbe ned til en af de 3 kegler og se efter 1-tallet i deres farve. Er det ikke under den kegle de løftede, løber de tilbage og det er den næstes tur til at løbe (stadigvæk efter 1-tallet) når tallet er fundet og bragt tilbage til holdet, er det det næste tal i rækken. Øvelsen styrker samarbejde, bevægelse, talforståelse. Legen kan også laves med bogstaver eller regnestykker	Indskoling	
Vandstafet	Samarbejde		Ude	Bedre fortrolighed med hinanden	Klassen deles i 2 til 4 hold. Hvert hold har en spand med 2 liter vand og en kop. Det gælder for holdet om at transportere vandet i munden igennem en bane (slalom, hop over snor etc.) og spytte vandet ud i en tom spand som står bagerst af banen (alle hold har deres egen tomme spand). Når alt vandet er flyttet over, måler pædagogen vandstanden. Det hold der har mest vand har vundet	Indskoling	Melletrin
Kort stratego	Tage kontakt med andre børn, tallenes værdi, bevægelse, tænke strategisk, følge regler		Ude	Der bliver dannet nye relationer	2 klasser deltager. Brug 4 sæt spillekort i 2 forskellige farver, 2 hold dyster mod hinanden. Børnene bliver sendt ud fra basen med 1 spillekort hver. De dyster nu mod 1 fra det andet hold ved at se hinandens kort, har man det højeste vinder man kortet og løber tilbage til basen, enten med det vundne kort eller for at få et nyt kort. Es slår billedkort, men 2 til 10 slår esset. Når et hold ikke har flere kort tilbage, har det andet hold vundet, der kan evt. også spilles på tid	Indskoling	Melletrin
Cirkelleg	Træne navneord, udsagnsord, tillægsord, bevægelse, lytte			Når legen barer glider	Børnene står i en cirkel. Hvert barn får på skrift tildelt ordet: 1. navneord 2. udsagnsord. 3 tillægsord (lige mange af hver). Pædagogen siger et ord fx hoppe. De børn der har ordet tillægsord rejser sig og løber rundt om cirklen og tilbage på sin plads igen, næste gang siges fx. dejlig mad - og alle dem med navneord og tillægsord rejser sig og løber en omgang. Legen kan nemt tilpasses forskellige årgange store som små	Indskoling	Melletrin

Tal- eller bogstavjagt	Bevægelse med læring		Ude	Når legen bare fungerer	Ophæng tal, bogstaver, ord rundt omkring på skole/legepladsen, skoven. Del børnene i grupper og lad dem finde de ophængte tal både inde og ude. De er bevæbnet med blyant og papir, og skal skrive alt ned de finder. Til slut fremlægger grupperne for hinanden, hvad de har fundet. Kan bruges på mange klassetrin og i mange fag fx. find geometriske figurer, insekter, planter etc.	Indskoling		
Rimkort	Bevægelse med læring		Ude	Aktive deltagere	Lav rim og remse kort med billeder på. Hvert barn får et kort, og øvelsen går ud på at finde en makker, hvis kort rimer med ens eget. Ved at gøre det visuelt kan også de børn, der har svært ved at læse også være med i aktiviteten	Indskoling		
Mindfulness	At være tilstede i nuet, nærværende, mærke sig selv og sin krop, koncentration	Inde		Forståelse for andre, mere selvværd og selvtillid, mere tilstede	Gode øvelser kan bruges på alle klassetrin. Børnene sidder i rundkreds. Trækker vejret og holder koncentrationen om vejtrækningen. Løbende bliver de guidet af underviseren i at registrere kroppens fornemmelser på en ikke dømmende måde, uden at handle på det. Eleven bliver bevidst om sine tanker og dens indhold og accepterer tankerne og indhold. alt er ok. Der er ikke noget rigtigt eller forkert. Barnet er i nuet på lige vilkår med alle de andre i lokalet. Alle er ligeværdige	Indskoling	Melletrin	Udskoling
Orienteringsløb	Ordforståelse, samarbejde	Inde	Ude	Legen fangede dem	Orienteringsløb udenfor med ord og rebus (poster med dette) Børnene får en kort præsentation, af det som de skal finde. De skal finde sammensætninger og dobbelte ord eller finde et billede og et ord der passer sammen. Løsningen skrives på et papir. Posterne var placeret ude og inde, så de fik bevæget sig. Alle deltog aktivt	Indskoling		
Kaste leg	Bevægelse skaber god læring		Ude	Samarbejde	Der kan være mange børn med i aktiviteten. Ca. 6 børn skal starte med at stå på en høj eller op ad en mur. Resten af klassen står ca. 4 meter væk - dem skal man skyde efter. Der er 6 bolde med i 3 forskellige farver fx gul (5 armbøjninger, 5 tabellen, udsagnsord), grøn (5 armbøjninger, 4 tabellen, tillægsord), blå (1 spring, 3 tabellen, navneord). De forskellige farver for forskellige opgaver kommer an på hvilket fag, man tager udgangspunkt i. Hvis man skyder og rammer en af de 6 skal man hjælpe den der bliver ramt med at løse opgaven (derefter bytter de 2 børn)	Indskoling		

Menneske vendespil	Hukommelse	Inde	Ude	Samarbejde og logisk sans	Børnene er brikker, og deles i par. 2 børn går udenfor døren. Hvert par finder på deres egen mimik, dyrelyd, bevægelse eller andet. De 2 udenfor kommer ind, og skal på skift finde et stik (2 ens lyde fx). Børnene elsker legen og den kan nemt udvides og tilpasses aldersgruppen	Indskoling	Mellemtrin	
Samarbejde og stopdans	Bevægelse og koncentration	Inde	Ude	Bedre samarbejde i klassen	Børnene inddeles i grupper af fx 3 til 4 stk. Når musikken stopper, skal de lytte til den besked, som pædagogen giver. I hver gruppe skal børnene samarbejde fx hvis beskeden er " gruppen må kun røre gulvet med 3 ben, 1 albue, 2 hænder og en numse"	Indskoling	Mellemtrin	