VI KICKSTARTER MARS MED SMÅ AKTIVITETER SOM KREVER LITT BEVEGELSE I KLASSEROMMET

KLARER DERE EN AKTIVITET HVER DAG?

|  |  |
| --- | --- |
| 1. mars
 | **Utstyr: penn/blyant og ark**Skriv en historie på forhånd. Lag en åpen plass for hvert adjektiv, slik at det kan fylles ut seinere. Elevene går rundt i klasserommet og spør medelever om adjektiv som fylles inn. Historiene leses opp i klasse/liten gruppe eller til LP. |
| 1. mars
 | Utstyr: Ballonger-Del elevene i grupper på 4-5.-Hver gruppe får en oppblåst ballong og de må holde hverandre i hendene og ikke slippe, og ballongen skal holdes i lufta.-Lærer gir instrukser om hvordan gruppa skal danse med ballongen, eks bruk bare foten/hodet/arm/nesa.. Sett på musikk og stopp musikken mellom hver instruks. |
| 1. mars
 | Utstyr: Ingenting-En elev går på gangen-En annen elev i klasserommet velges ut som dirigent og gjør bevegelser som de andre hermer etter.-Når dirigenten endrer bevegelse gjør alle andre det.-Eleven fra gangen skal prøve å finne ut hvem dirigenten er, og har tre forsøk. |
| 6. mars | Utstyr: små papptallerkener/blyantAlle elever får tapet på en liten papptallerken på ryggen sin.Alle i klassen skal gå rundt å skrive minst en hyggelig ting på tallerkenen til alle.På slutten kan alle ta av sin tallerken å lese de hyggelige tilbakemeldingene. |
| 7. mars | Utstyr: ingentingElevene skal tenke ut en kjent person som de skriver på en lapp og putter i lomma siDe går rundt i klasserommet og spør/stiller ja/nei spørsmål til hverandre.De kan bare spørre og svare på 8 spørsmål og skal prøve å finne ut hvem den kjente personen er |
| 8. mars | Utstyr: IngentingUtfør aktiviteten «Walk and talk», elevene har en læringspartner som han/hun skal gå en liten runde på 5 minutter sammen med mens de diskuterer et gitt tema (fra lærer) |
| 9. mars | Utstyr: En terning til hver gruppeDel inn i grupper på 4-5.Gruppa blir enige om hvilken bevegelse hvert øye betyr (eks 1`er 5 sit ups, 2`er 5 splitthopp)En og en kaster terning, og gruppa gjennomfører aktivitetene i 5 minutter |
| 10.mars | Utstyr: Lærer har skrevet noen påstander eller spørsmål fra pensum med 3 svaralternativ (ABC)Lærer stiller spørsmål eller sier påstand, og har valgt ut 3 hjørner i klasserommet som er A, B, C.Elevene stiller seg i det hjørnet de mener er riktigHvis det er «feil» må de sette seg på plassenDe som har valgt rett er med videre |
| 13.mars | Utstyr: MusikkDanselekenElevene reiser seg og lager bevegelserNår musikken stopper skal de stå i frys.Rører de seg må de sette seg ned |
| 14.mars | Utstyr: Sant/Usant spørsmålEn vegg er sant, og en er usantLærer stiller spørsmål og elevene stiller seg på veggen de mener er riktigHar du feil må du sette deg ned |
| 15.mars | Utstyr: Noen puslespillDel elevene opp i grupper på 4. De prøver å legge så mye de kan av et puslespill i samarbeid på en gitt tid |
| 16.mars | Dans jenka på rekker i klasserommet[Jenka - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=GonCX8zD99A) |
| 17.mars | Ta hode-skulder-kne og tå 3 ganger (raskere for hver gang) |
| 20.mars | Utstyr: Ark og blyantAlle lager en liste over sine favoritter, f eks favorittfarge, lag, sport, matrett, drikke, film, musikksjange, godteriEtterpå går elevene rundt og prøver å finne noen som har noen av de samme svareneSkriv navnet til den som har noe likt ved siden av dine svar |
| 21.mars | Utstyr: Noen skrevne påstander1. Alle står midt i rommet, og du leser opp en ufarlig kontroversiell uttalelse.
2. Elever som er enige i uttalelsen, flytter til den ene siden av rommet, mens folk som er uenige, flytter til den andre. Folk på gjerdet om det blir bare i midten
 |
| 22.mars | Utstyr: Noen lapper med kjente filmtitlerDel elevene i grupper på 4Hver gruppe får en lapp med en filmtittel, de får noen minutter til å øve inn en kort scene fra filmenDenne scenen vises til klassen som skal gjette hvilken film det er. |
| 23.mars | Utstyr: ark og blyantDel elevene inn i to og toEn elev har et ark på ryggen og et ark foran seg.Elev to tegner en tegning på ryggen til elev 1, men elev 1 prøver å tegne samme tegning på arket foran seg.Sammenlikn resultatet etterpå |
| 24.mars | Utstyr: ingentingLek kongen befaler |
| 27.mars | Utstyr: Lapper med ting man kan mimeEn og en elev kommer opp og mimer noe som står på en lapp foran klassen/eller i liten gruppeDen som gjetter riktig trekker neste lapp (eller en annen om den samme svarer riktig to ganger) |
| 28.mars | Utstyr: LegoDel elevene inn i mindre grupper. De får en gitt tid og skal bygge noe kreativt sammen med legoAlle grupper går rundt og ser på hverandres byggverk |
| 29.mars | Utstyr: IngentingGå ut og lek boksen går |
| 30.mars | Utstyr: IngentingGå ut å lek fargekongen |
| 31.mars | Utstyr: KrittDel elevene inn i grupper på 4Hver gruppe skal lage hvert sitt kreative paradis ute i skolegårdenElevene prøver hverandres paradis |