



UKEPLANER MED AKTIVITET NR. 5

Følg oss på facebook siden [Trivselsprogrammet TL](#).
Søk også opp aktivitetene på YouTube for å se video.

	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Uke 5	Aktivitet	Aktiv læring	Aktivitet	Aktiv læring	Aktivitet
	Piloten	1000 up	Prikk	Guess what's on my mind	Nattduellen



På trivselslederskoler skal barn og ungdom være aktive og inkluderende
- med store smil om munnen!

AKTIVITETER

UKE 5

MANDAG

Aktivitet: Piloten

Antall: 2 eller flere

Utstyr: Øyebind eller skjerf og gjenstander til å lage en løype

Lag en løype med forskjellig utstyr som du finner hjemme. Her er det kun kreativiteten som setter grenser. Når dere har laget en løype skal deltakerne samarbeide to og to. Den ene skal ha bind for øynene og den andre skal veilede sin partner gjennom løypen. Veilederen har kun lov til å gi instruksjoner om hvor partneren skal gå. Det er altså ikke tillatt å berøre den som har bind for øynene. Veilederen skal alltid gå bak partneren sin. Målet er å komme seg raskest gjennom løypen. Det er ikke tillatt å berøre gjenstandene, skjer dette må paret tilbake til start. Gjennomfør minst to runder slik at begge får prøve seg i de to ulike rollene.

Variant

- Snurr personen med bind for øynene et par runder før start. Dette gjør det vanskeligere.

TIRSDAG

Aktiv læring: 1000 up

Kompetansemål i matte

Etter 7. trinn:

Bruke samansette rekneuttrykk til å beskrive og utføre utrekninger.

Læringsmål

Kunne multiplisere i hodet, og bruke svarene i videre regning.

Antall: 2 eller flere

Utstyr: To terninger til hvert lag, A4-ark og en penn/blyant

Forarbeid

Merk opp en startstrek og legg arket til hvert lag 10-20 meter fra startstreken. Hvert lag skal ha to terninger ved startstreken.

Aktivitet

Del deltakerne inn i to lag. Er dere bare to stykker, blir det én mot én. Hvert lag starter med å trille sine terninger, eventuelt samme terning to ganger hvis man bare har to

terninger. Nå skal man multiplisere tallene og løpe opp til arket og skrive svaret. Deretter løper man tilbake og veksler med neste person i køen. Er man bare én på hvert lag, triller man terningen på nytt. Man skal igjen multiplisere tallene, og svaret skal så adderes (legges til) svaret som allerede står på arket. Når man har regnet ut den nye summen, kan man stryke den forrige. Slik fortsetter man helt til noen kommer opp til/over 1000.

Variant

- Varier summen man skal regne til.
- Man kan variere ved å gå fra 1000 og ned til 0, eller både opp og ned igjen. Da får man øving i multiplikasjon, addisjon og subtraksjon.
- For yngre elever kan man bruke kun addisjon, og én terning per gruppe.

Etterarbeid

- Diskuter regnemetoder som ble brukt. Forklar til de andre deltakerne hvordan du tenkte i utregningene.
- Diskuter hvorfor det er nyttig å kunne regne i hodet.

ONSDAG

Aktivitet: Prikk

Antall: 2 eller flere

Utstyr: Fotball og en vegg

Aktiviteten

Ta med deg en fotball og finn en vegg dere kan spille på. Her spiller alle mot alle. Prikk er en lek som går ut på å skyte en ball i en vegg på ett touch. Man blir enige om rekkefølgen før man starter. Den som begynner, sparker ballen i vegg. Nestemann må være klar slik at han/hun raskt kan komme i posisjon for å sparke den tilbake mot vegg. Dersom man skyter utenfor, eller ballen ikke kommer frem, får man en prikk. Man har kun en berøring på ballen hver gang, så det er viktig å følge med på når det er sin tur. Får man tre prikker, er man ute. Den som står igjen til slutt, har vunnet.



TORSDAG

Aktiv læring: *Guess what's on my mind*

Kompetansemål i engelsk

Etter 7. trinn:

Uttrykke seg forståelig med et variert ordforråd og høflighetsuttrykk tilpasset mottaker og situasjon.

Læringsmål

Øve på å bruke engelske ord og uttrykk om det vi ser i nærmiljøet.

Antall: 2 eller flere

Aktivitet

Dere skal på denne aktiviteten gå en tur i deres nærmiljø. En av dere skal starte med å beskrive en ting som kan ses i nærheten uten å si navnet på tingen. De(n) andre på gruppen skal forsøke å gjette hva som forklares. Et eksempel på hvordan dette kan foregå er at den som forklarer sier: «It is green and hangs from trees. Guess what's on my mind.» Hvis ingen av de andre deltakerne klarer å gjette riktig, fortsetter man: «It turns from green to red, yellow or orange in the Autumn...» Når de(n) andre klarer å gjette riktig, er det den som gjetter riktig som skal forklare neste ord.

FREDAG

Aktivitet: *Nattduellen*

Antall: 3 eller flere

Utstyr: Tre gjenstander i ulike farger

Finn tre gjenstander i ulike farger og sett dem opp med ca. 30 cm avstand, på en linje, på et bord eller på bakken. To personer konkurrerer mot hverandre og står på hver sin side av bordet. En dommer står ved bordet og sier en farge. Dersom dommeren sier blå, er det om å gjøre å få tak i den blå gjenstanden først. Den som får tak i riktig gjenstand får ett poeng. Det er best av tre runder og taperen av duellen blir dommer i neste runde.