

SKJERMEN VISER:	I TIMEN:
	<p>Introduser temaet og start med å vise Det er smart å bruke kroppen! - YouTube og se bildene og snakk om det dere så:</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Hvor mange ulike aktiviteter klarer elevene å komme på?
	<ul style="list-style-type: none"> • Klarer elevene å forklare til hverandre hvorfor kroppen har det bedre når den får være i aktivitet?
	<ul style="list-style-type: none"> • Det er gøy å vinne, men det er viktigere å være aktiv enn å være best! <p>Klarer elevene å komme på 1–5 aktiviteter de liker?</p>
	<p>S BEVEGELSE Øisteins blyant og Kreftforeningen - YouTube</p> <p>Etterpå kan elevene gjerne samarbeide i grupper og enten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tegne ulike rare aktiviteter/øvelser som de får prøve å gjøre ute eller inne etterpå • Planlegge en hinderløype som kan lages inne eller i annet egnet areal – tegne denne og prøve hverandres hinderløyper etterpå • Eller de kan bytte på å være modeller for rare bevegelser som de andre i gruppa skal tegne med enkle strekfigurer på kort tid
<p>I den gule boksen ligger ulike filmer dere kan være aktive til inne i klasserommet. Velg én eller flere av disse og be elevene legge merke til hvordan de kjenner seg i kroppen før aktivitetsøvelsene: hvordan banker hjertet, hvordan er pusten, kjenner de seg slitne eller fulle av energi, er de glade eller lei? Spør igjen etter aktiviteten: hvordan kjenner de seg nå?</p> <p>Elevene kan også tegne seg selv før og etter aktivitet.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jungle Boogie Dance Dance Along Pinkfong Songs for Children - YouTube • Baby Shark Dance #babyshark Most Viewed Video Animal Songs PINKFONG Songs for Children - YouTube • Alle barna klapper - Barnesanger med bevegelser - YouTube • Trolls: Can't Stop The Feeling GoNoodle - YouTube • Fruit Juice Shake Shake Shake it Dance Along Pinkfong Dance Along for Children - YouTube 	
<p>I tillegg kan dere velge leker og aktiviteter fra disse lekeheftene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • smartoppvekst.no/kategori/medlem/lek-smart/ • Leikehefte med 150 leikar og øvingar 	