

Virus

Økt 1

TID

90 min
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA
15



OPPVARMING: DANSEMEDLEY, LÅT NR. 1, 2 OG 4

Dette skal skje:	Hele elevgruppa beveger seg til musikken, med ulike bevegelser til hver låt. Avsluttes med pustelåta.
Du trenger:	Høytalere (helst større enn mini) og noe å spille av musikken fra.
Forbered i forkant:	Forberede spillelista, og lytt gjennom låtene som forberedelse.
Forbered i rommet:	Koble til høytalere og musikkavspiller, og sjekk at alt fungerer.
Slik ser rommet ut:	Åpent rom

VEILEDNING:

- Elevene er spredt utover i rommet, med rom til å bevege seg til musikken.
- Sett på spillelisten, med låt nr. 1 og 2 som intro. La elevene bevege seg fritt til musikken, men legg inn en instruksjon til hver låt, som foreslått under (eller velg noe annet). Den siste og viktigste låta er nr. 4: Pustelåta, der elevene blir kjent med sin egen pust.
Låt 1: Kiskalász zenekar - Hepehupa Bartos Erika (gyerekdal): Lek med folkedans-bevegelser til låta, og følg dynamikken i låta fra høyt og mye til lite og lavt.
Låt 2: Marja Mortensson – Mehkanihks saernieh – Technical News: Se for deg at du er en fjær, som beveger seg med vinden og musikken.
Låt 4: Pustelåta: Tord Gustavsen Trio – At home: Start med å ligge på gulvet og fokusere på pusten – puste luft inn i kroppen og ut av kroppen. Kanskje med lukka øyne? Forslag: Plasser en hånd på magen og en hånd på brystkassa. Still spørsmål, som elevene kan tenke på og kjenne etter: Hvor kommer lufta inn? Hvor går den hen? Prøv å holde pusten. Hvor lenge kan du holde den? Hvordan føles det når du ikke kan holde den lengre? Hvorfor?
3. Gå direkte fra oppvarmingen og inn i hovedaktiviteten.

REFLEKSJON: FORME I PLASTELINA FOR Å HUSKE INDIVIDUELT + HÅNDVARMINGSKLAPP

Dette skal skje:	Individuell forming i plastelina for å huske dagens økt. Håndvarmingsklapp i sirkel.
Du trenger:	En klump leire til hver elev. En isboks med lokk til hver elev.
Forbered i forkant:	
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom (og klasserom)

VEILEDNING:

- Be alle om å lukke øynene, og se for seg at lungene er en ekte fabrikk, en pustefabrikk. Hvordan ser den ut? Hva er inni? Hvordan virker den? Imens: Del ut en plate/isboks + leire til hver elev.
- Be alle om å åpne øynene, og forme noe fra pustefabrikken oppi boksen, slik de ser den for seg inni hodet.
- Skriv navn, samle sammen boksene (eller be dem legge i sine hyller), og ta vare på dem til senere refleksjon.
- Stå i sirkel, og ta en kjapp runde håndvarmingsklapp som avslutning.
Håndvarmingsklapp: I sirkel, alle følger lederen som i hermegåsa. Håndflatene samles, og gnis mot hverandre fram og tilbake for å skape varme i håndflatene. Før hendene opp og ned, fra side til side (slik lederen bestemmer). Avslutt med å skille hendene fra hverandre, og etter en liten kunstpause: Klapp hendene sammen. Dersom alle følger med og klarer å klappe på samme tid – perfekt. Dersom ikke: Prøv en gang til. Avslutt på et godt sted, og takk for i dag.

HOVEDAKTIVITET: HVORDAN VI PUSTER

Dette skal skje:	Elevene deler egen innsikt og kunnskap om pusting med hverandre på store ark. Deling, felles tankekart og faglig påfyll.
Du trenger:	Store ark (fra papirrull). Tegne- og skriveredskaper. Tavle e. l. med skriveredskap.
Forbered i forkant:	Les deg opp på hvordan lungene/pustefabrikken fungerer (faktaark i ressursbanken), og forstå det. Forbered hvordan du kan forklare det.
Forbered i rommet:	
Slik ser rommet ut:	Åpent rom (og klasserom)

VEILEDNING:

- I grupper, på store ark: Tegn og skriv alt dere vet om pusting. Tips: Tenk tilbake til oppvarmingen da dere lå på gulvet og kjente på pusten. Hjelp hverandre, dere vet helt sikkert ulike ting! Hva er det dere ikke vet? Hva lurer dere på?
- Be hver gruppe om å dele det de har kommet fram til, og samle informasjonen fra alle gruppene på tavle eller lignende, som et digert tankekart/tegning.
- Berøm elevene for alt de kan til sammen!
- Fyll inn hullene innimellom det elevene allerede vet, og svar på det de lurer på. Dersom det ikke allerede har skjedd: Forklar kort hvordan pustefabrikken vår (lungene) fungerer i kroppen.

Virus

Økt 1

TID

90 min
inkl. pauser



Kunsten å lære

TEMA
15



NOTATER