

RAPPE FØDDER



– En leg der kræver overblik og rappe fødder



Mellemtrin, udskoling



15 - 20 minutter



SDG 3 tekst- og billedkort,
SDG 3 plakat, stopur



Klassen, lille hal

Forberedelse:

Del eleverne i grupper af fire og giv et sæt kort til hver gruppe. Sørg for, at grupperne fordeler sig i rummet med god afstand til hinanden. Placer kortene i to parallelle rækker. En med billedkort og én med tekstkort. Bland kortene grundigt, så de ikke ligger i den rigtige rækkefølge.

BEMÆRK: Silent aktivitet. Dele af aktiviteten gennemføres nonverbalt – eleverne må ikke tale sammen

Sådan gør I:

Aktiviteten er en samarbejdsleg. Det gælder om at finde stik ved at matche billedkort med tekstkort. Legen udføres udelukkende med fødderne – ingen hænder! Det gælder derfor om at have rappe fødder.

RUNDE 1: Samarbejde uden tid (snak tilladt)

- Hver gruppe fordeler sig to og to på hver sin side af kortene.
- En elev starter med at vælge et kort på sin side ved hjælp af foden.
- Makkeren på den modsatte side finder det tilhørende match.
- Kortene markeres med en fod. Er de et match, trækkes de ud af spillet.

Ingen konkurrence – opgaven er at samarbejde om at finde alle match.

RUNDE 2: Samarbejde på tid (silent)

- Samme fordeling og aktivitet som i første runde, men nu med tidtagning.

Målet er at finde alle match så hurtigt som muligt.

RUNDE 3: Konkurrence i hold (Silent)

- Tidsdyst gruppe mod gruppe.
- Fordelingen i aktiviteten er den samme som i de tidligere runder.
- En gruppe starter med at matche stik. Den anden gruppe tjekker, om de er korrekte og tager tid.
- Hver gruppe har 30 sek. til at samle stik, hvorefter turen går til den anden gruppe.
- Den gruppe, der får flest korrekte match og stik, vinder runden.

Undervejs:

Hvert stik kan kontrolleres ved hjælp af SDG 3-plakaten, som enten placeres hos underviseren eller i god afstand fra grupperne.

Gør aktiviteten sværere ved at indføre nye regler for bevægelse.



BAGGRUNDSVIDEN



– RAPPE FØDDER



Alle delmål under SDG 3

- Sundhed og trivsel



Dansk - Eleverne øver:

- Afkodning, tekstforståelse og simple multimodale sammenhænge

Samfunds-fag - Eleverne får viden om:

- Politiske handlinger og problemstillinger lokalt og globalt

Lidt om SDG 3:

Verdensmålet handler om at sikre et sundt liv og fremme trivsel for alle – uanset alder. Det betyder, at alle skal have mulighed for et godt fysisk og psykisk helbred.

Siden 1990 er børnedødeligheden faldet med over 50 %, og færre kvinder dør under fødsler. Sygdomme som HIV/AIDS, malaria og tuberkulose bekæmpes bedre, men stadig dør mange børn og mødre af sygdomme, der kan forebygges.

Målet er at stoppe epidemier, forbedre sundhedssystemer og sikre adgang til medicin, vacciner og sygeforsikring for alle. Forskning, forebyggelse og behandling skal gøre sundhed mere tilgængelig, især i fattige lande, så flere kan leve et godt liv inden 2030.

Pædagogiske mål - Trivsel:

- Fokus på personlig trivsel og fællesskabets trivsel
- Udvikling af personlige og sociale kompetencer
- Reaktion og kommunikationsevner (verbal/nonverbal)
- Samarbejde

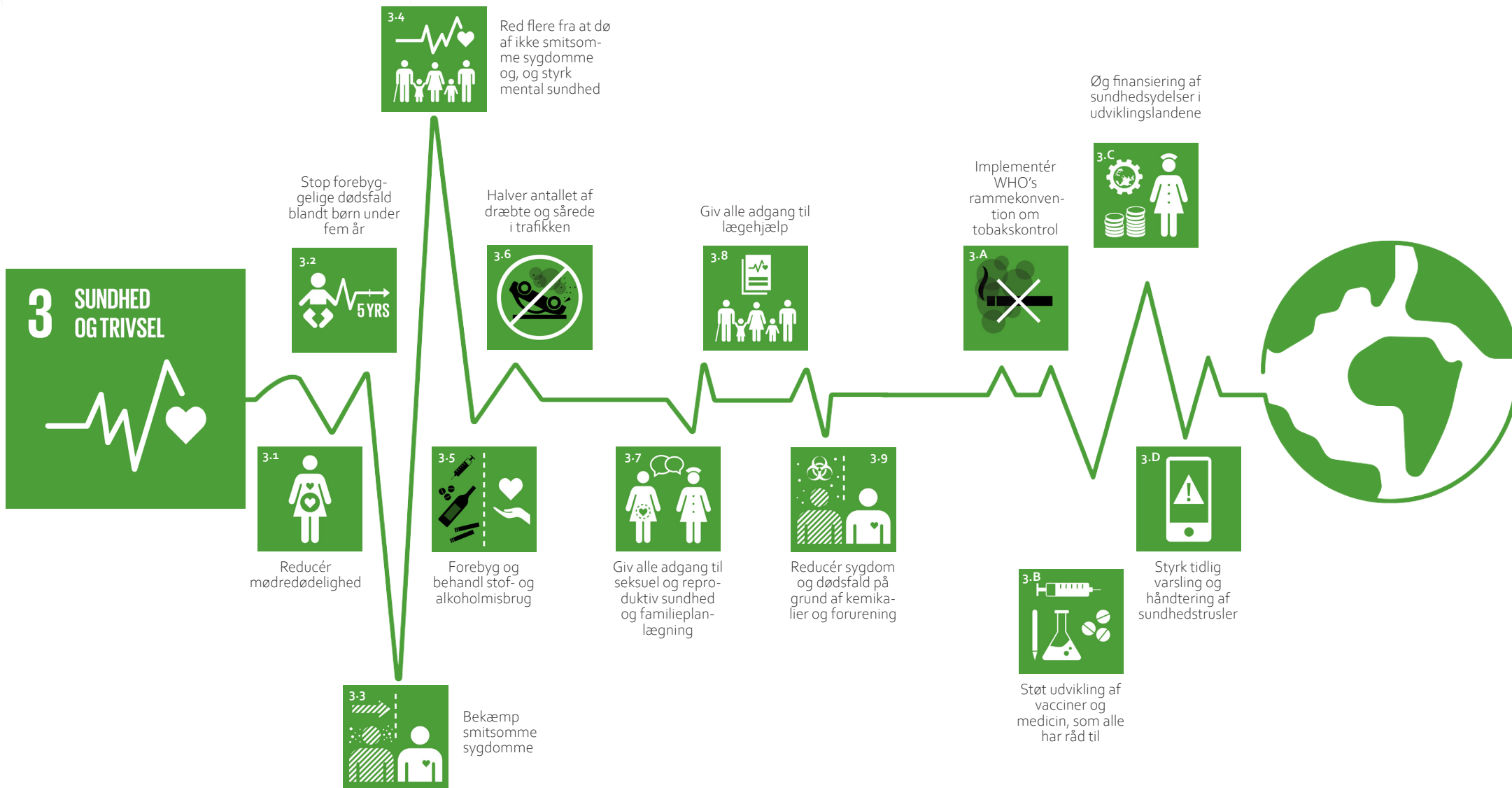
Basale færdigheder - Bevægelse og kropslighed:

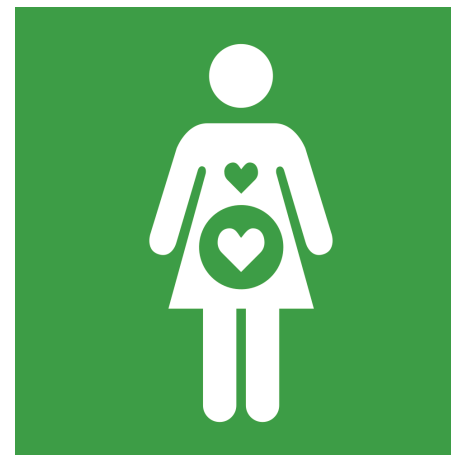
- K Fokus og overblik
- Proprioception (muskel-ledsans)
- Krydsbevægelser og balancesans (vestibulærsans)
- Kognitive evner
- Kropsstabilitet (core), balance

Fun fact:

Fødderne er kroppens fundament og skal bære os gennem hele livet. Når vi bruger dem aktivt i leg og bevægelse, styrker vi ikke kun vores balance og koordination, men også forbindelsen til hjernen. Bevægelse med fødderne stimulerer nervebaner, der kan forbedre både koncentration og motoriske færdigheder – et stærkt fundament giver os bedre forudsætninger for at stå fast i livet!

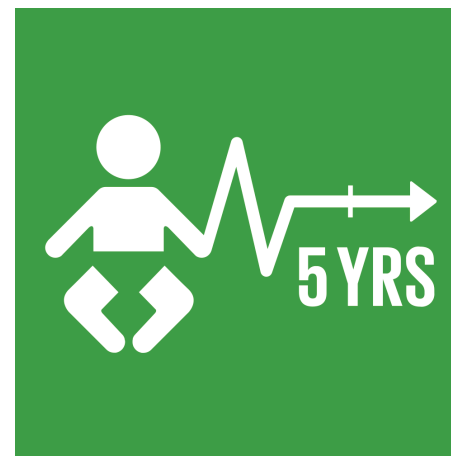






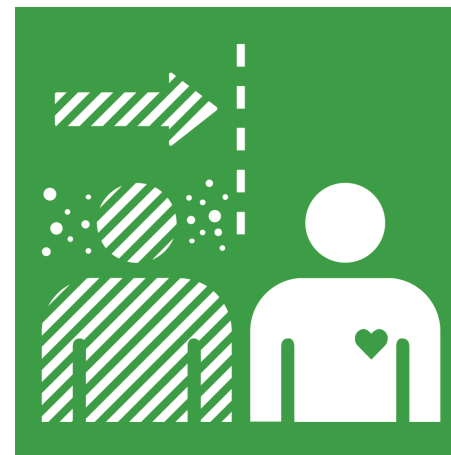
REDUCÉR MØDREDØDELIGHED

Inden 2030 vil vi arbejde på, at færre end 70 mødre dør ud af hver 100.000 levendefødte børn.



STOP FOREBYGGELIGE DØDSFALD BLANDT BØRN UNDER FEM ÅR

*Inden 2030 skal antallet af dødsfald blandt ba-
byer og små børn, inden de fylder fem år,
reduceres.*



BEKÆMP SMITSOMME SYGDOMME

Vi skal stoppe farlige sygdomme som AIDS, tuberkulose og malaria inden år 2030. Vi vil også kæmpe mod sygdomme, der spredes gennem vandet og andre smitsomme sygdomme.



**RED FLERE FRA AT DØ AF
IKKE SMITSOMME
SYGDOMME, OG STYRK
MENTAL SUNDHED**

*Inden 2030 sigter vi mod færre dødsfald fra hjer-
te-kar-sygdomme, kræft, diabetes og KOL.*



FOREBYG OG BEHANDL STOF- OG ALKOHOL- MISBRUG

Vi vil forebygge, at folk begynder at bruge stoffer som narkotika og drikke for meget alkohol. Vi vil give behandling til dem, der allerede gør det.



HALVER ANTALLET AF DRÆBTE OG SÅREDE I TRAFIKKEN

*Inden 2030 skal antallet af globale dødsfald og
tilskadekomster som følge af trafikulykker
halveres.*



**GIV ALLE ADGANG TIL
SEKSUEL OG REPRODUK-
TIV SUNDHED OG
FAMILIEPLANLÆGNING**

Lad alle få hjælp til at forstå krop og familie.



GIV ALLE ADGANG TIL LÆGEHJÆLP

Alle skal kunne gå til lægen og få den hjælp, de har brug for, uden at det koster for meget. Det betyder også, at alle skal kunne få god medicin og vacciner, som beskytter mod sygdomme, til en pris, som alle kan betale.



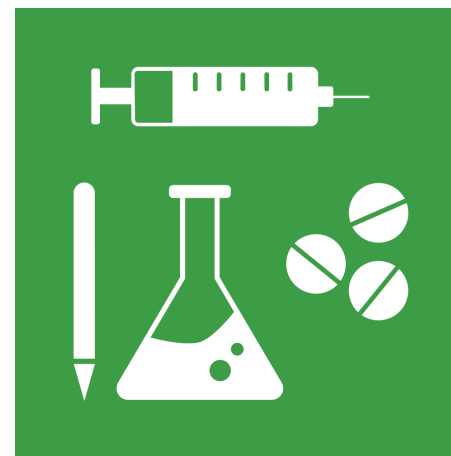
REDUCÉR SYGDOM OG DØDSFALD PGA. KEMIKA- LIER OG FORURENING

Vi skal forbedre vores omgivelser, så færre mennesker bliver syge eller dør pga. farlig luft og snavs og vand.



IMPLEMENTÉR WHO'S RAMMEKONVENTION OM TOBAKSKONTROL

*WHO's rammekonvention vedrørende Tobaks-
kontrol skal styrkes i alle lande, hvor det er
relevant.*



STØT UDVIKLING AF VACCINER OG MEDICIN, SOM ALLE HAR RÅD TIL

*Vi skal udvikle medicin og vacciner, som alle har
råd til – uanset hvor de bor i verden.*



ØG FINANSIERING AF SUNDHEDSYDELSER I UDVIKLINGSLANDENE

Vi skal hjælpe lande med at få råd til flere og bedre uddannede læger og sygeplejersker – især i udviklingslande og små ø-stater.



STYRK TIDLIG VARSLING OG HÅNDTERING AF SUNDHEDSTRUSLER

*Vi skal opdage sygdomme tidligt og advare
hinanden – især i lande, hvor der stadig er meget
at lære om sundhed.*