



Aktiviteter – faglig bevægelse



På alle folkeskolens klassetrin skal motion og bevægelse indgå i et omfang, der i gennemsnit svarer til cirka 45 minutter dagligt i løbet af skoledagen. Her får du inspiration til en række forskellige aktiviteter, hvor der indgår bevægelse og kreativitet, og som samtidig er relateret til børneliv i Nepal.

Morgensang og dans med Per Vers

Til årets materiale hører en sang med rapperen Per Vers. Start dagen med at se filmen, og syng og dans med. Så er dagen i gang!

Du finder musikvideoen på ”Opdag Nepal2”-siden og i filmbanken på lærersiden. Her er den også som ren lydfil.



Spil Chungi – måske årets nye dille



En chungi er en lille bold, som de nepalesiske børn selv laver af de materialer, de nu har til rådighed. En rigtig chungi er lavet af et godt bundt elastikker eller ituklippede cykelslanger, der er bundet sammen med en snor, men hvis man ikke har andet, så kan en tot ukrudt med rod også bruges.

Når man spiller chungi, handler det om, hvor længe man kan holde bolden i luften ved at puffe den opad med fødderne på alle mulige måder – uden at den rører jorden. Man kan spille det alene eller sammen med andre. Det kræver en del øvelse, fordi bolden ikke opfører sig som en almindelig bold.

Her kan du se, hvordan man laver en chungi ud af en cykelslange: <https://vimeo.com/17484828>

På "Opdag Nepal"-siden kan I også se en lille film, hvor der spilles chungi.





Spil "fingerbob"



Overalt i Nepal oplever man børn og unge, der er samlet omkring et bobspil. Det er sjældent, de originale brikker er med, så i stedet bruger børnene plasticbrikker eller flade sten. Og i stedet for en kø bruger man fingrene til at knipse brikkerne afsted med. Spillet går ligesom i almindelig bob ud på, at man skal få sine egne brikker skudt i hul ude i hjørnerne af bob-bordet ved at ramme dem en ad gangen med en ko – den lidt større sorte brik, som er den, man knipser til.

Spil volleyball



Børnene i Nepal spiller både fodbold og cricket i skolegårde og i fritiden, men volleyball er det helt store hit. Mens de større børn spiller volleyball i skolegården, så samles børnene fra de mindre klasser ved siden af og øver sig på at spille til hinanden med mindre – ofte alternative – bolde. Det

kan f. eks. være en sok, som er fyldt med stofrester eller ukrudt og blade.

Lav evt. jeres egne bolde, og se, hvor længe eleverne kan holde dem i luften. En snor kan gøre det ud for et net. Til de helt små kan I bruge en ballon eller en blød stofbold.



Klassens egne bedeflag



Selvom Nepal er et hinduistisk land, ser man ofte de flotte, kulørte buddhistiske bedeflag i stof vaje i vinden.

Flagenes farver symboliserer de fem

elementer: blå (himmelen), hvid (luften), rød (ilden), grøn (vandet) og gul (jorden). Bedeflagene er bemalede med mantraer, symboler og ønsker – og når de blafrer i vinden, mener buddhisterne, at bønnerne sendes ud i verden. Derfor hænger de ofte på meget højtliggende steder – men også uden for folks egne huse. Det samme ser man overalt i Tibet.

Lav jeres egne "tørresnore" med kvadratiske bedeflag (20 x 20 cm), som I kan hænge op i klassen eller i fællesarealerne. I kan bruge farvet karton, papir eller tyndt stof. Eleverne kan også tegne og skrive deres ønsker på flagene.



Hop over snor

Som i så mange andre lande er det at hinke og sjipte også populært blandt pigerne i Nepal. Det kræver jo kun et par sten og

noget snor. Snoren kan også bruges til at lave højdespring med.



Sjov og faglig bevægelse i opgaverne til Natur og teknologi

I opgavearkene til Natur og teknologi finder du flere aktiviteter, hvor der indgår bevægelse. Se ”Opgaveark 12: Brætspil” og ”Opgaveark 15: Bevægelse i de høje bjerge”. Se også beskrivelsen af mimespillet

”Gæt et nepalesisk dyr” i danskforløbet i lærervejledningen. Du finder dyrekort, der er lige til at klippe ud i Opgaveark 19_Dyrekort.

Tæl til 10 på nepalesisk

På hjemmesiden ”Opdag Nepal” og i læreruniversets filmbank finder du filmen ”Tæl til 10 på nepalesisk”. Her viser fem børn, hvordan man tæller til 10 på Nepali. Lav et print af oversigten herunder og del den ud til dine elever. Sammen kan I nu se filmen nogle gange og øve jer i at tælle til 10.

- 1 Ek
- 2 Dui
- 3 Teen
- 4 Chaar
- 5 Panch
- 6 Chha
- 7 Saat
- 8 Aath
- 9 Nau
- 10 Das