

PEDAGOGISKT MATERIAL



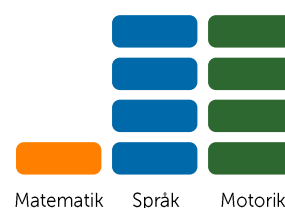
LÄROPLANSKOPPLAT

SYFTE OCH MÅL

- Träna på hur bokstäverna ser ut och lära sig namnen på bokstäverna.
- Främja utveckling av motoriska färdigheter.
- Utveckla språklig medvetenhet.
- Stärka kroppsuppfattning och träna koordination.
- Träna på ord och utöka ordförråd.



GRADERING



Skapa bokstäver med kroppen, 48 övningskort

Art.nr. 141240

LEKTIONSFÖRSLAG

Materialet består av stora bildkort som visar en bokstav och ett barn som står i en bokstavsposition (bokstäverna A-Z finns representerade). Barnen övar bokstäverna med enkla övningar som engagerar både sinne och kropp. Varje bokstav har sin egen unika pose. Kortet är färgkodade utifrån vokaler och konsonanter.

Kortet kan användas på många olika sätt. Ett sätt är att introducera en bokstav varje dag tillsammans med en rörelsepaus. Börja till exempel med några uppvärmningsövningar. Diskutera också vikten av att bli mjuk i kroppen för att inte sträcka eller skada musklerna innan man gör bokstavsposerna. Förslag på uppvärmningsövningar finns sist i detta dokument. Avsätt några minuter varje dag för uppvärmning inför den dagliga bokstavsövningen.

Jobba med övningskortet: Håll upp varje kort innan du börjar övningen. Be barnen identifiera vilken bokstav i alfabetet du håller upp. Träna en till två bokstäver per dag. Ta gärna en dag i veckan och repetera bokstäverna ni tränat.

Prata om varje specifik bokstav och det fonetiska ljud den har. Säg bokstavens namn och ljud tillsammans. Lista ord som innehåller bokstaven. Antingen ord som börjar på den aktuella bokstaven eller ord som har bokstaven i sig. Stryk under bokstaven i varje ord. Be barnen att ljuda ut ordet och lägga särskild uppmärksamhet på hur bokstaven låter inom ordet.

Titta på övningskortet och börja med att placera fötterna rätt. Studera kortet, hur är barnets fötter på bilden placerade? Om modellen ligger ner, börja i den positionen. Alternativt, om modellen står och fötterna är placerade långt isär, börja i den positionen. Böj kroppen i rätt riktning och justera arm- och handpositioner. Posera långsamt och påminn eleverna att andas djupt medan de rör sig! Ha gärna som en riktlinje att varje övning som består av att röra sig in i en sträckning bör åtföljas av ett djupt andetag. Håll posen under en andning och andas sedan långsamt ut. Ta det lugnt hela vägen genom en övning.

När barnen står i sina poser, instruera dem att försiktigt sänka armarna, räta ut kroppen och återgå till startpositionen. Fortsätt att andas djupt och skaka armar och ben för att bibehålla cirkulationen.

BEGREPP

bokstäver, rörelse, ord, stava, uppvärmning

YTTERLIGARE TIPS OCH IDÉER

Öva ord: Gör en lista med några aktuella och åldersanpassade ord för eleverna att posera varje dag under till exempel en vecka. Skriv listan på whiteboard eller på ett papper och hitta sedan bildkort som representerar varje bokstav för varje ord och lägg eller sätt upp dem bredvid (det finns flera kort med de vanligaste bokstäverna).

Stava ord tillsammans: Använd korten (och kortdubblerna) för att stava ord. Förbered några ord. Ta fram bildkort med matchande bokstäver för att stava ut de ord du valt. Innan du stavar orden, börja med de rekommenderade uppvärmningsövningarna. När eleverna har värmt upp, säg det första ordet på listan högt. Gå igenom bokstäverna och gör poserna, håll upp varje kort, ett i taget. Tips: Kom ihåg att ta det långsamt. När varje elev har avslutat en pose, be klassen att posera som den andra bokstaven. Visa kortet, vänta sedan på att alla ska avsluta posen. Fortsätt tills hela ordet är klart.

Mysterieord: Utmana dina elevers alfabetkunskaper med mysterieord! I stället för att säga varje ord och låta barnen stava ut ordet, håll bara upp det första bokstavskortet av det första ordet och låt barnen posera som den bokstaven. När eleverna har avslutat posen, ta upp det andra kortet och låt dem posera igen. Varje gång dina elever poserar, uppmuntra dem att tänka och reflektera över bokstaven de poserar som. När dina elever har poserat som alla bokstäver med sina kroppar, be dem att gissa vilket mysterieordet var.

Gruppövning: Dela in barnen i grupper och ge varje grupp ett ord som de ska posera som, övriga elever gissar vilket ord som framställs. Antingen gör alla i gruppen ordets alla bokstäver en efter en eller ställer sig barnen på rad och poserar som bokstäverna i ordet.

Förslag på uppvärmningsövningar att göra innan bokstavposerna.

Ta djupa andetag. Börja med att placera en hand på magen och en hand på bröstet. Stäng ögonen och andas in genom näsan, andas sedan ut genom munnen för att "trycka" ut luften. Vad märker du? Andades du in i magen eller bröstet? När du andas in med magen rör sig handen du placerat där. När du andas med bröstet betyder det att handen på bröstet rör sig när du andas in. Lägg märke till skillnaden. Djupandning med magen ger ofta större syreintag. Märk att när du andas in genom bröstet kan du bara hålla en liten andning. När du andas in i magen finns mer plats!

Gå på stället medan du kombinerar med andningen. Börja försiktigt att marschera på stället med fötterna och svinga armarna. När du marscherar, räkna högt 1-2-3-4. Andas in på första räkningen och se till att fylla hela ditt andningsområde med syre. På nästa räkning, andas ut högt genom munnen. Fortsätt marschera medan du andas in och ut. Gör detta i tio repetitioner! Tips: I stället för att upprepa siffrorna 1, 2, 3 och 4, försök sjunga alfabetet eller räkna från 1 till 100.

Stå rakt med fötterna en kort bit isär. Vila armarna vid sidorna. Ta ett djupt andetag. När du andas in, höj långsamt armarna över huvudet och peka rakt upp. Föreställ dig själv som ett högt träd. Dina armar är grenarna. Sträck dig så långt upp du kan för att känna dina armmuskler sträcka sig. När du har fyllt lungorna helt, andas ut genom munnen medan du försiktigt sänker armarna tillbaka till sidorna. Tips: Nästa gång du höjer armarna när du andas in, försök att sträcka hela kroppen genom att stå på tå!

Sitt på golvet och placera fötterna tillsammans framför dig, benen raka. Se till att din rygg är rak. Håll armarna raka ut och peka fingrarna i riktning mot tårna. Armarna ska vara parallella med golvet. När du andas in djupt, sträck dig försiktigt framåt för att röra vid tårnas spetsar. Håll positionen medan du håller andan i 4 sekunder. Tips: Böj nacken och sänk huvudet mot knäna. Obs: Vissa barn är inte lika flexibla som andra. Föreslå att de sträcker sig så långt de kan utan att anstränga sig, och sedan vilar händerna på smalbenen. Stäng ögonen för att hålla fokus på kroppens sträckningar. Efter 4 sekunder, andas långsamt ut genom munnen medan du drar dig tillbaka till startpositionen. Håll armarna utsträckta framför dig för att upprepa övningen.

Avsluta med att stå upp och "skaka ut" kroppen.

Nu bör alla vara uppvärmda och redo för att göra bokstavposerna.