BMW OSLO MARATON
POWERED BY BMW
VIRTUAL EDITION

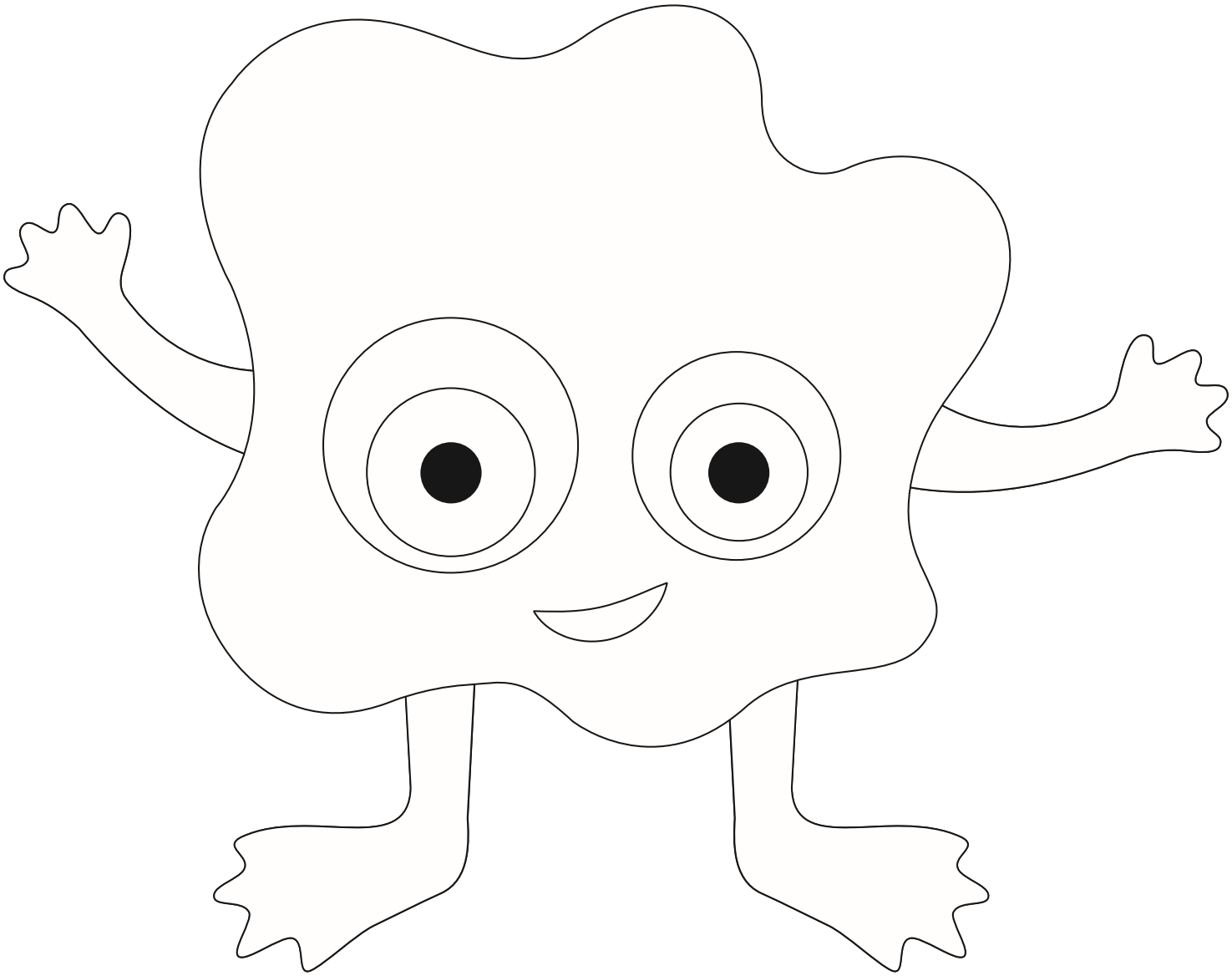
Læringsverkstedet
BARNEHAGER

Barnas MARATON

19.09.20

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

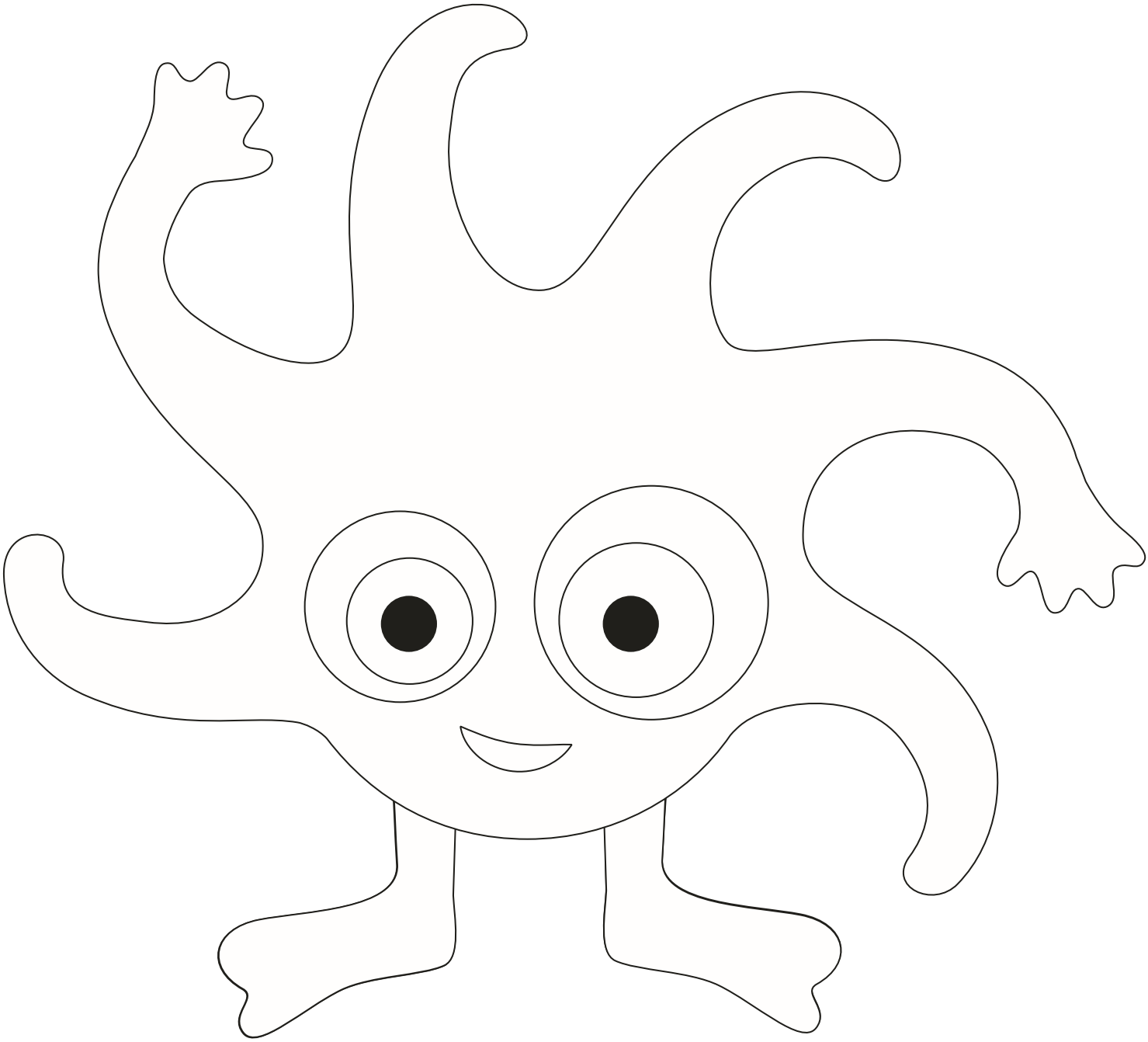
Farge-Paletta



Barnas
MARATON
19.09.20

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

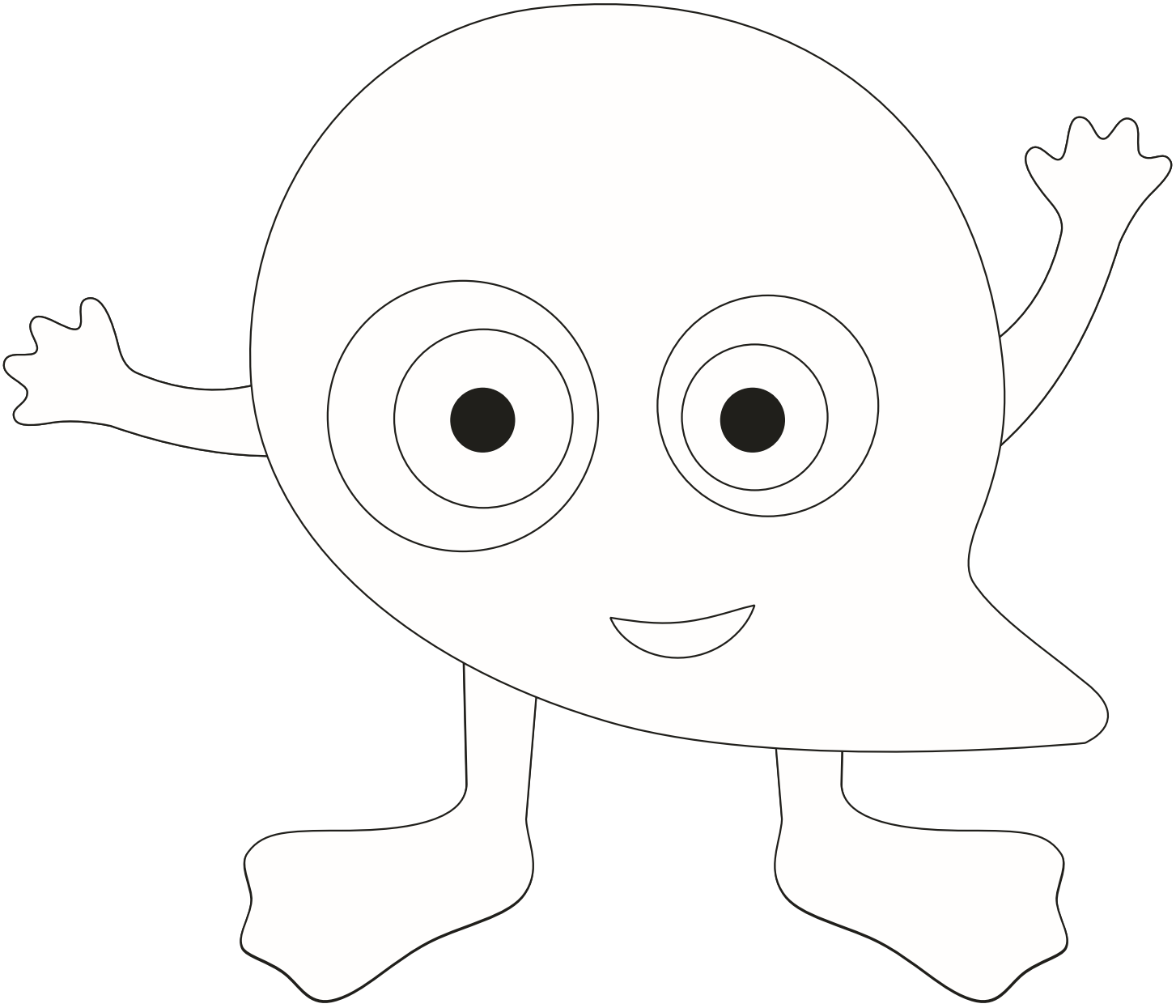
Leke-Liv



Barnas
MARATON
19.09.20

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

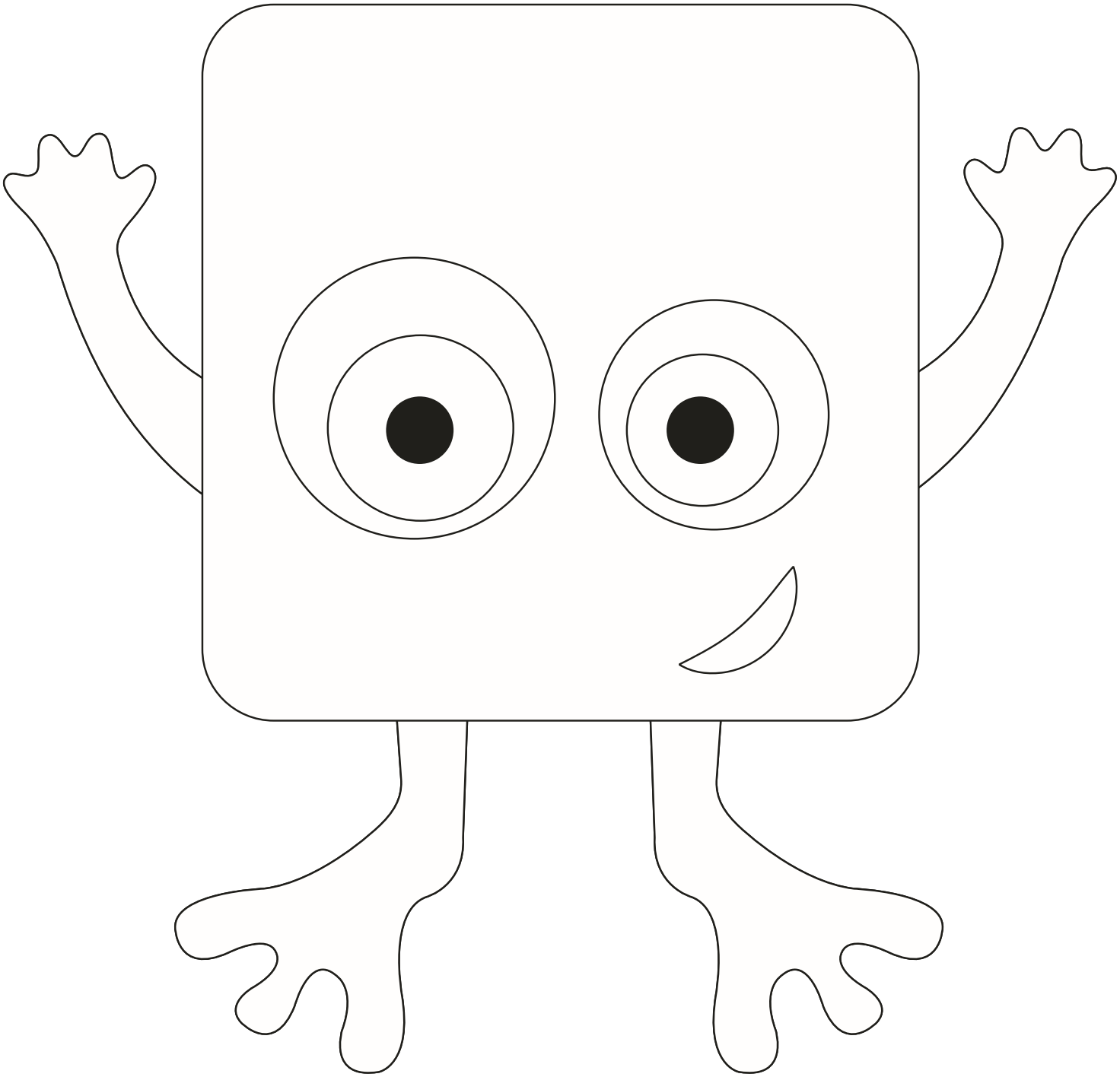
Rime-Rolf



Barnas
MARATON
19.09.20

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

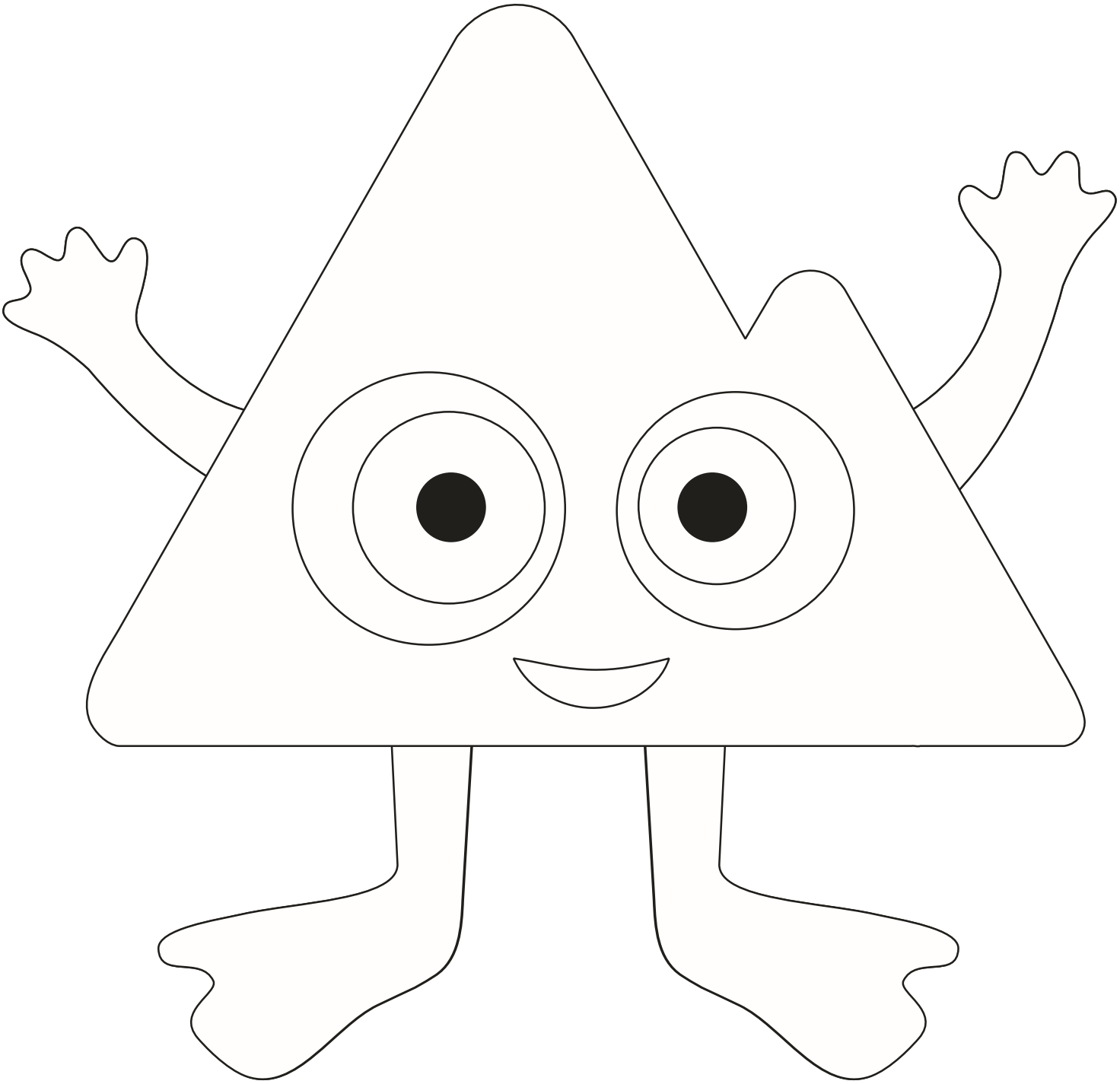
Telle-Tariq



Barnas
MARATON
19.09.20

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

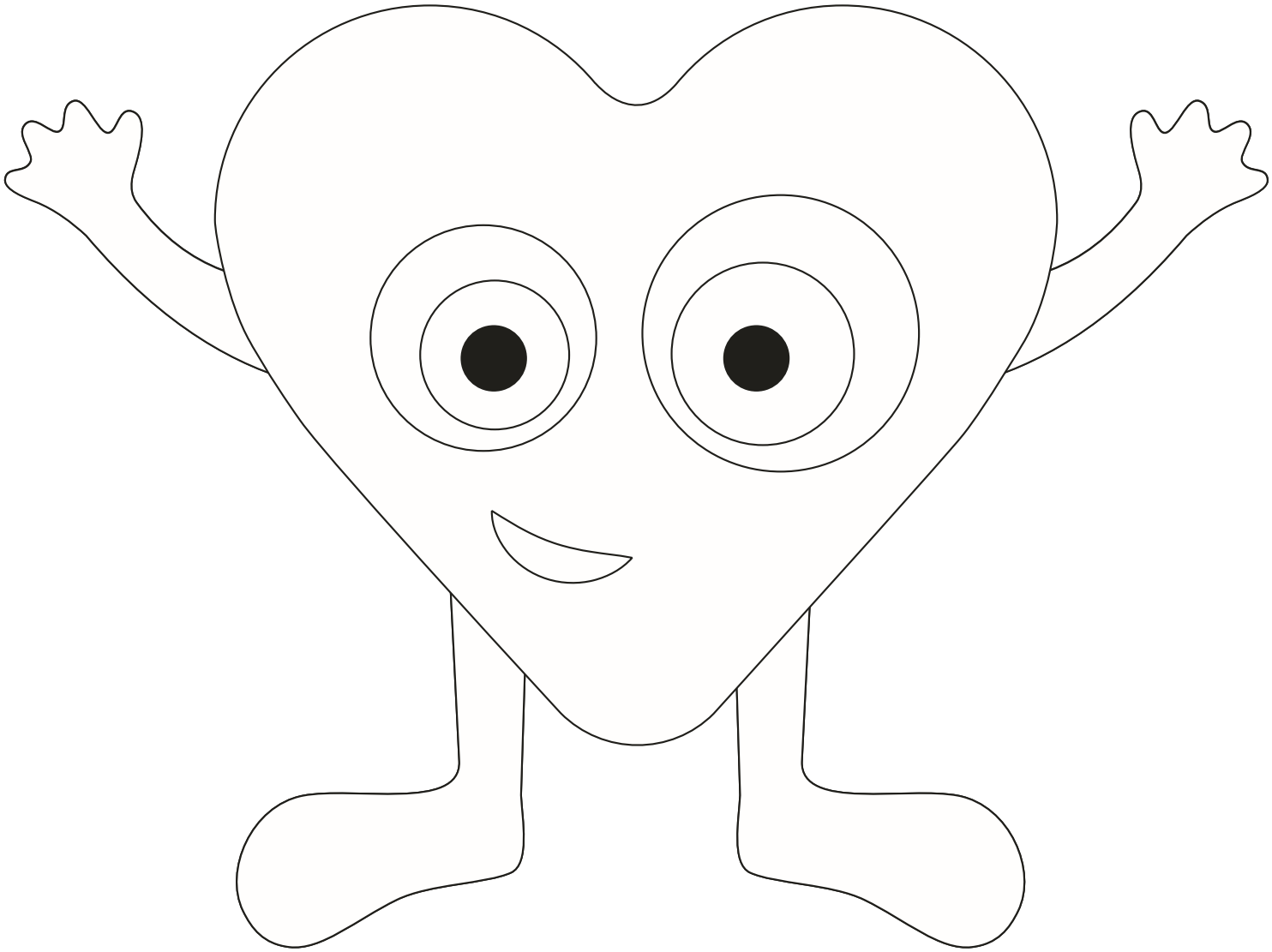
Ute-Mons



Barnas
MARATON
19.09.20

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

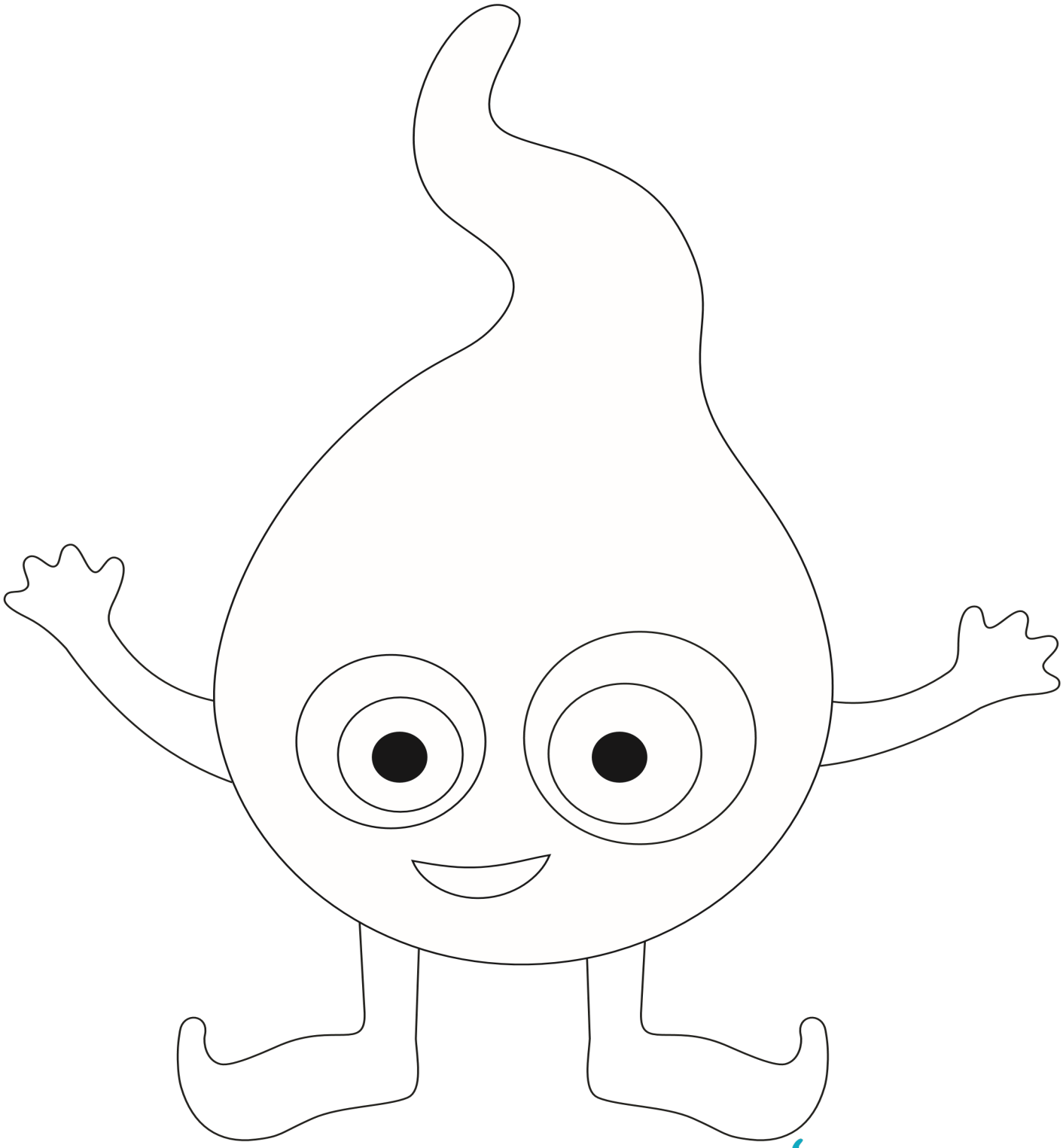
Hjertrud



Barnas
MARATON
19.09.20

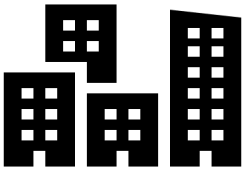
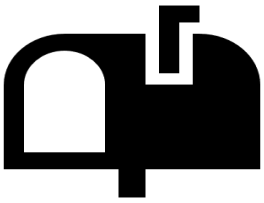
Læringsverkstedet
BARNEHAGER

Beveg-Else



Barnas
MARATON
19.09.20

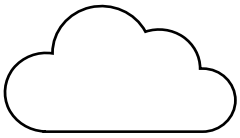
Læringsverkstedet
BARNEHAGER

Fotgjengerovergang	 En blokk / et høyt hus	En barnevogn
Bil	Sykkel	Et vindu på et hus
Skilt	Lastebil eller trailer	 Postkasse

Tur Bingo; Dra på tur i nærmiljøet ditt og finn følgende bilder.

Barnas
MARATON
19.09.20

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

 Løpesko	 Kongle	 Startnummer
 Søppel	 Sopp	 Noe rødt
 Pinne	 Sky	 Frukt

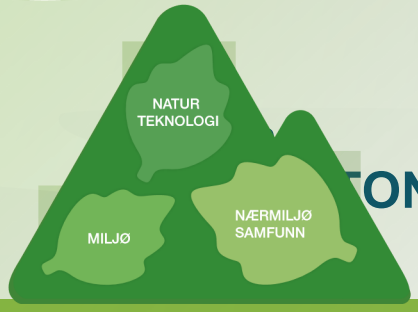
Tur Bingo; Dra på tur i nærmiljøet ditt og finn følgende bilder.

Barnas
MARATON
19.09.20

Ute-Mons STIGESPILL

Instruksjoner:
Dette spillet passer fra 3+. Det kan spilles individuelt eller i gruppe. Dere trenger en terning. Finn ulike steiner eller lignende til spillebrikker. Spillet kan fint brukes til repetisjon av fagområdet natur.

Læringsverkstedet
BARNEHAGER



FINN FEM FEIL

Læringsverkstedet
BARNEHAGER

Aktivitet: Billeken

Beskrivelse:
Vi drar på biltur! Sett bilen i første gir og kjør av gårde. En voksen kan lede aktiviteten fra start, men la barna overta styringa etter hvert.

Turen går rundt og rundt, og etter hvert som vi girer opp til 2. og 3. gir øker farta også. Underveis på bilturen møter vi forskjellige hindringer, og her er det bare å bruke kreativiteten. Eksempler er:

- Vi kjører inn i en tunnell (krabbe)
- Vi møter et motgående kjøretøy (svinge til siden)
- Vi rygger
- Vi kjører over fartsdumper
- Vi kjører inn på bensinstasjonen (pause/hvile) og fyller bilen med forskjellig type bensin, for eksempel helikopterbensin, kengurubensin, sneglebensin osv.
- Vi kjører over grusvei (alt rister)
- Vi møter rødt lys – bråstopp!
- Vi punkterer (halter med en fot hengende etter oss).

Alternativer til aktivitetene med fokus på:

Fysisk: Bruk litt tid før du starter opp til å bygge et utfordrende miljø sammen med barna. Tenk fartsdumper, motbakker, hull i bakken osv. Benker og putemoduler funker bra.
Psykisk: La barna styre leken eller komme med forslag til veien videre.
Sosial: La barna gå sammen for å lage større kjøretøy. Lastebil, semitrailer, buss osv. Man kan stå i «trillebår», at et av barna går på henda mens et annet bærer beina.
Kognitiv: Bruk fargekoder for å markere girskifter. For eksempel, hold opp et gult ark = 1. gir, et rødt ark = 2. gir osv.

Tips: Legg aktiviteten til et annet miljø, for eksempel på avdelingen eller ute.

Avspenning

Hvile og avspenning med musikk på madrass

Hensikt: Hvile og avspenning
Forberedelser: Musikk
Beskrivelse: Vi slår av/demper lyset dere legger seg på gulvet eller en matte. Sett på rolig/avslappende musikk som dere kan slappe av til.
Tips: hvis det ønskes kan en voksene lære barna å øve på å puste langsomt.

Kokt spagetti

Hensikt: Hvile og avspenning, Tilpasset kraft
Forberedelser: Må være to personer
Beskrivelse: Dere legger på gulvet. Man veksler mellom å være kokt (slapp) eller ukokt (stiv) spagetti på beskjed fra den som ikke er på gulvet. Den som ikke er på gulvet kommer rundt å kjenner. Kanskje skal deler av kroppen være kokt og andre deler ukokt?

Massasje

Hensikt: Muskel- og leddsans, Hvile og avspenning, Tilpasset kraft, Berøringssans
Forberedelser: Demp lyset og sett på rolig musikk.
Beskrivelse: Sitt to og to, eller på rekke etter hverandre (massasjetog).
- Beveg håndflaten opp og nedover ryggen, som om man går på ski.
- Beveg hendene i store, sirkler over ryggen, som en sol.
- Lag små sirkler på ryggen med fingrene.
- Bruk fingertuppene til å prikke på ryggen, nakken og hodet. Vi prøver å lage regndråper.
- Hold den ene hånden på skulderen. Dra den litt tilbake og slipp fram igjen.
- Masser og klem forsiktig på armene og bein.

La oss bake pizza

Hensikt: Åle/krabbe, Berøringssans, Muskel- og leddsans, Hørselssans, Hvile og avspenning
Forberedelser: Ingen
Beskrivelse: Vi setter oss i en stor ring med beina rett frem med rette fine rygger. Beina er pizzabunn og vi strekker oss fram til tærne når vi tar på pizzafyllet.

Dere spør hverandre hva som skal på og smøres det utover beina. Når pizzaen er klar legger vi oss på magen og åler oss inn i steikeovnen som dere bestmmer på forhånd hvor er! Her ligger det og steiker litt, før vi krabber tilbake (ryggende), setter oss i skredderstilling og spiser