

Lektionsplanering

Årskurs: Förskoleklass

Ämne: Rörelse och drama

Tema: Stärkande övningar

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll

I förskoleklassen ska undervisningen ge barnen möjlighet att ges förutsättningar att utveckla motoriska grundformer och deras sammansatta former genom lekar och rörelseaktiviteter, både inomhus och utomhus. Fokus ligger även på taktkänsla och rytm i danser och rörelser till musik, vilket främjar den motoriska och sociala utvecklingen hos barnen.

Kunskapskrav

Barnen ska ges möjlighet att delta i enklare lekar och rörelseaktiviteter där de kan visa förmåga att röra sig med viss säkerhet och anpassa sina rörelser till lekar och danser.

Lärlarledda instruktioner

Introduktion till rörelseövningar (10 min)

- Förklara vikten av rörelse och lek för barnens utveckling.
- Demonstrera några enkla rörelseövningar, såsom stretchningar och enkla kroppsrorelser.
- Använd musik för att göra övningarna roligare och mer engagerande.

Gruppövningar för samarbete (15 min)

- Dela in barnen i mindre grupper och ge varje grupp en specifik rörelseuppgift, som att skapa en egen dans till en låt.
- Observera och ge stöd till grupperna under arbetets gång, uppmuntra samarbete och kommunikation.
- Låt grupperna presentera sina rörelser eller danser för varandra.

Uteaktiviteter (15 min)

- Ta med barnen utomhus för större rörelseaktiviteter som stafetter och

lekar.

- Organisera lekar som "följa John" eller "stora stygga vargen" som kräver både rörelse och samarbete.
- Diskutera vikten av att vara aktiv och hur man kan ha kul tillsammans.

Reflektion och avslutning (10 min)

- Samla barnen för en kort reflektion över vad de har lärt sig och upplevt under lektionen.
- Ställ öppna frågor för att få barnen att dela sina känslor och tankar om aktiviteterna.
- Berätta om nästa lektion och vad de kan se fram emot.

Aktivitet

Eleverna delas in i små grupper och får i uppdrag att skapa en enkel dans till en låt. Varje grupp får 10 minuter på sig att öva och 5 minuter att framföra sin dans för klasskamraterna. Denna aktivitet syftar till att stärka gruppdynamik och kreativitet, samt att ge eleverna möjlighet att utforska och uttrycka sig genom rörelse.

Beräknad tidsåtgång: 15 minuter

Exit-ticket

- **Vad är en rörelseövning?**
Svar: En aktivitet som får kroppen att röra sig för att stärka muskler och koordination.
- **Ge exempel på en lek.**
Svar: "Följa John" är en lek där en person leder och de andra följer.
- **Varför är rörelse viktigt?**
Svar: För att utvecklas fysiskt, socialt och emotionellt.
- **Vad gjorde du under grupparbete?**
Svar: Jag samarbetade med mina klasskamrater för att skapa en dans.
- **Vad var det roligaste med dagens lektion?**
Svar: Att få dansa och leka tillsammans utomhus.

Hemläxa

Be eleverna att rita en bild av en rörelseaktivitet de älskar att göra och skriva en mening om varför de gillar den. Längd: Minst 5 meningar.

Fördjupningsuppgift

Eleverna kan tillsammans med en vuxen välja en dansstil och skapa en kort presentation om den, inklusive vad som kännetecknar stilen, några kända danser och hur den historiskt har utvecklats. De kan sedan visa detta för

klassen och framföra en kort dans i den stilen.

Förslag för nästa lektion

Lekar och rörelser med fokus på taktkänsla

Denna lektion kan fortsätta med att introducera taktkänsla och rytm genom olika typer av musikaliska lekar och danser. Tema för lektionen inkluderar att utveckla barnens förmåga att samverka genom musik och dans, vilket berör kunskapskravet för deltagande i rörelseaktiviteter.

Förberedelser

- Förbered en lista med lämplig musik för rörelseaktiviteter.
- Planera utomhusaktiviteter beroende på väder.
- Förbered material för hemläxa och eventuella presentationer.

Tags: [Lektion](#)