

HVAD ER DIN PLAN FOR UDESKOLE DER BEVÆGER ■

UDESKOLE er en arbejdsmåde i grundskolen, hvor eleverne regelmæssigt bevæger sig udenfor skolens bygninger, når det omgivende miljø og samfund inddrages i undervisningen.

Udeskole giver **VARIERET LET FYSISK AKTIVITET** i skoledagen. Og hvis der planlægges efter det, kan udeskole give sved på panden og bevægelse der understøtter læring.



FIND INSPIRATION TIL UDESKOLE OG BEVÆGELSE PÅ
www.udeskolederbevaeager.dk



BEVÆGELSE FOR SUNDHED

Høj puls og koordinationsøvelser er godt for trivsel og sundhed. Og så er det godt for elevernes læringsforudsætninger, hvis bevægelsen foregår før, under eller lige efter undervisningen.



BEVÆGELSE FOR MOTIVATION

Bevægelsesaktiviteter kan kombineres med et fagligt indhold. Det kan give eleverne lyst til at lære. Det kan være stafetter eller lege, der kan bruges på tværs af fag.



BEVÆGELSE FOR LÆRING

Bevægelsesaktiviteter kan integreres med et fagligt indhold. Eleverne kan indgå i et rollespil, bearbejde faglige begreber gennem formgivning, eller sanse deres omgivelser.



AKTIV TRANSPORT

Gå eller tag cyklen til et sted i nærområdet. Transporttiden kan også bruges til, at eleverne forbereder sig på det, der skal ske, når de kommer frem og til evaluerende arbejde.



AKTIV PAUSE

Hjælp eleverne til at være fysisk aktive i pauserne – det understøtter deres læringsforudsætninger. Forbered en aktivitet eller vælg et sted, der inviterer til bevægelseslege eller idræt.