

Aktivitetsbingo

© www.undervisningsmetoder.com

Klarer du å få fem på rad?



Spill et spill.	Hopp så mange ganger du klarer.	Syng "hode, skulder, kne og tå" så fort du kan!	Dans BliMe-dansen på youtube.	Klarer du å stå på hodet? Prøv, og finn ut!
Finne på en ny og morsom lek!	Gå en tur og se etter vårtegn.	Ta en varm dusj. Syng favorittsangen din i dusjen.	Dans til "Korona-sangen" på youtube.	Gjør minst 5 armhevinger. Klarer du flere?
Hold øynene oppe uten å blinke så lenge du kan! Ta tiden.	Vask hendene mens du teller til 50.	Ta minst 10 situps. Klarer du enda flere?	Hvor lenge klarer du å stå på en fot? Ta tiden.	Gjør øvelsene på "Tabata Song" på youtube.
Ring en venn!	Gå ut og let etter små steiner. Hvor mange finner du?	Rydd rommet.	Gå baklengs mens du teller nedover fra 20.	Bygg det høyeste tårnet du klarer med lego..
Bak noe godt sammen med en voksen.	Gå en tur!	Lær deg minst to fotballtriks!	Gå stiv som en stakk i 15 sekunder.	Lek ute!

