

Stav ordet med kroppen!

Du kan velge selv hvilket ord du vil stave. F.eks. Navnet til bestefar, hund, bestevenn, noe du liker, osv.

Her ser du som viser hvilke aktiviteter du må gjøre for å stave ordene.

A, B, C, D, E – Hinke 10 ganger på hvert bein

F, G, H, I, J - 30 hopp (begge bein)

K, L, M, N, O – Gå 10 skritt på huk

P, Q, R, S, T – Jogg på stedet i 60 sekunder

U, V, W, X, Y, Z – 10 knebøy

Æ, Ø, Å – Hopp frem og tilbake 10 ganger

Hvis du gjør dette ute starter du med å gå 100 skritt før du begynner å stave.

Hvordan gjør du det?

Eksempel: Hvis du velger å stave navnet ditt, og du heter Idun blir det:

I = 30 hopp (begge bein)

D = hinke 10 ganger på hvert bein

U = 10 knebøy

N = gå 10 skritt på huk

Uansett hvilket ord du velger, må du først finne ut hvordan det staves. Det kan være lurt å notere ned bokstavene og oppgavene før du begynner!

Hvis du staver et ord om morgenen og ett om kvelden har du fått både hjernetrim og trening for kroppen den dagen!

