

ELEVHÆFTE



Undervisningsmaterialer udarbejdet af **Alvilda** & © skolelærerlife.dk

Bogen er skrevet af Kaspar og Lambang Arianto
med illustrationer af Angelica Inigo

OM ELEVHÆFTET

En kort introduktion til indhold, opbygning og anvendelse i undervisningen.

Dette elevhæfte er udviklet til Kaspar og Lambang Ariantos “Far & Papa - Krop-amok” og kan bruges både før, under og efter læsningen af bogen.

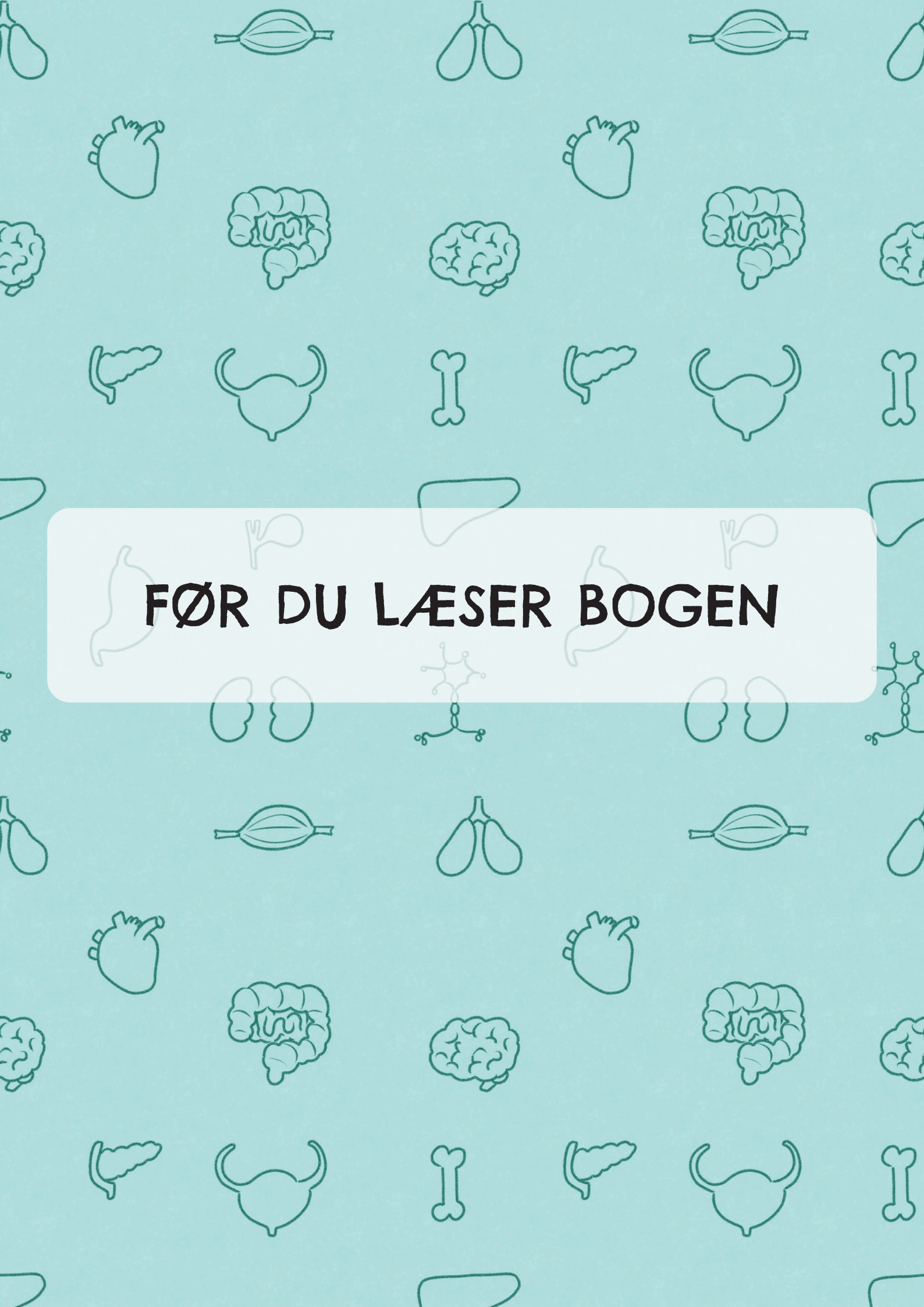
Materialet følger bogens rejse gennem Fars krop og inviterer eleverne til at arbejde videre med både fortællingen og den viden om kroppen, de møder undervejs. Hæftet kan med fordel bruges tværfagligt, især i dansk, natur/teknologi og SSF. Opgaverne varierer mellem læsning, samtale, kreative aktiviteter og små undersøgelser og lægger op til både individuelt arbejde og fælles refleksion.

Eleverne arbejder blandt andet med hjertet, lungerne, tarmsystemet, hjernen, musklerne og kroppens sanser. Undervejs skal de huske og anvende fakta fra bogen, men også tage udgangspunkt i deres egen krop og egne erfaringer. De små “Prøv selv og tal sammen”-aktiviteter giver eleverne mulighed for at undersøge kroppens funktioner gennem enkle forsøg, der knytter sig til bogens forskellige organer. Til materialet hører også et vendespil, hvor eleverne skal koble fakta om kroppen til det rigtige organ. Spillet giver mulighed for at repetere bogens viden på en legende måde og kan bruges både undervejs i forløbet og som opsamling efter læsningen.

Materialet lægger samtidig op til samtaler om, hvordan kroppens mange dele arbejder sammen, og hvad kroppen har brug for. I arbejdet med Beslutningsorganet skal eleverne tage stilling til forskellige hverdagssituationer og tale sammen om deres valg. Her er der ikke nødvendigvis kun ét rigtigt svar, men plads til forskellige overvejelser og perspektiver.

Til sidst i hæftet ser eleverne tilbage på deres rejse gennem kroppen og sætter ord på det, de har lært, undret sig over og fundet særligt spændende. Materialet kan bruges som et selvstændigt forløb omkring bogen eller indgå som en del af et større tværfagligt forløb om kroppen og dens funktioner.





FØR DU LÆSER BOGEN

FØR DU LÆSER

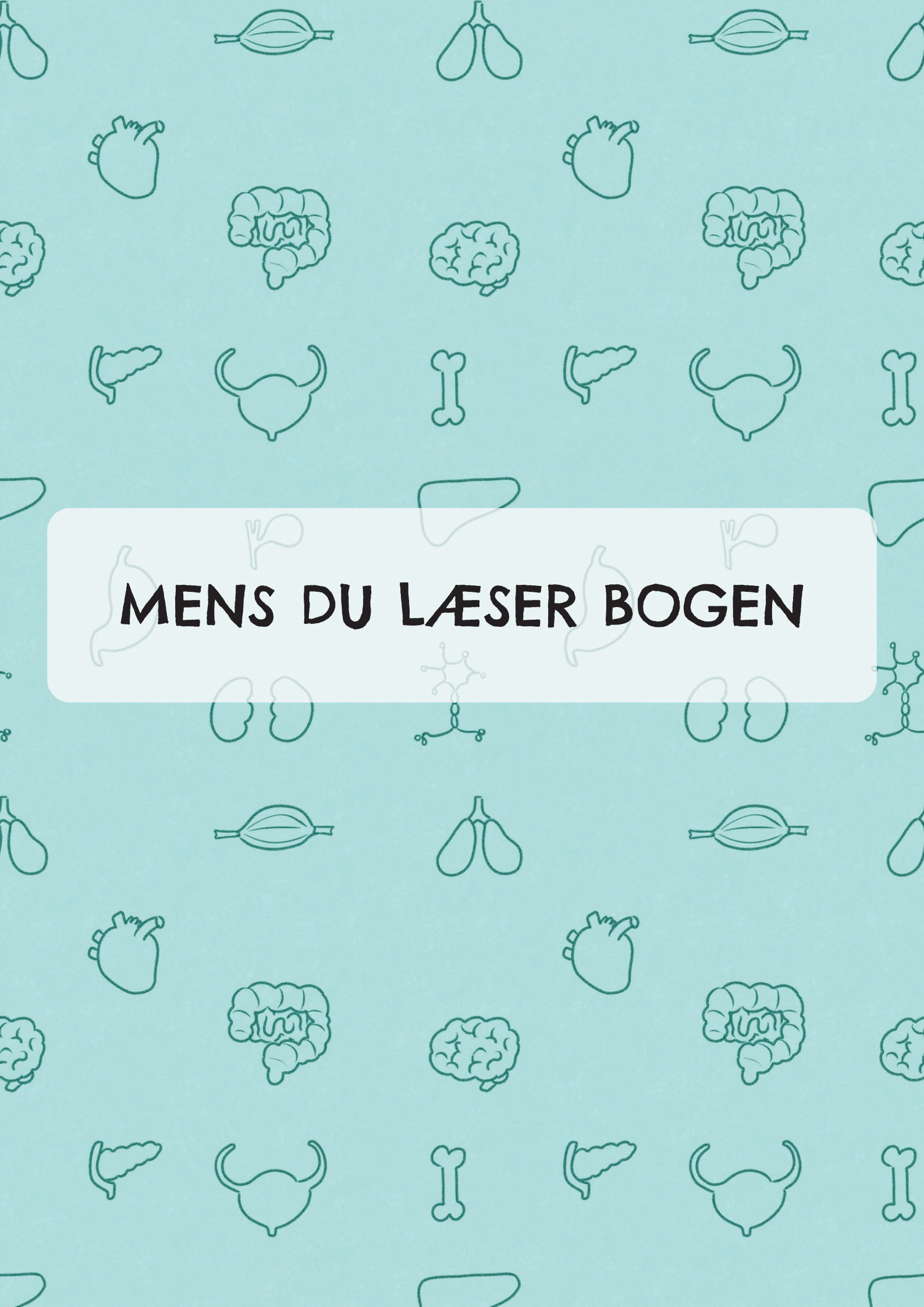
Svar på spørgsmålene, og gæt på, hvad bogen handler om.

Hvad er titlen på bogen?

Hvem har skrevet bogen?

Se på forsiden. Hvad tror du, bogen handler om?





MENS DU LÆSER BOGEN



MAGISKOPET

Doktor Lambangs Magiskop kan gøre Java, Atlas og ham selv bittesmå, så de kan rejse ind i Fars krop. Hvordan skulle dit Magiskop se ud?

Tegn og pynt dit helt eget Magiskop.

Tegn dit eget Magiskop:

Hvad kan dit Magiskop?

Hvad skal dit Magiskop vise dig?



HJERTET

Hjertet fester og spiller høj musik. Det har helt glemt, at det også har brug for ro. Hjælp hjertet med at finde ud af, hvornår det skal slå hurtigt, og hvornår det kan slå roligt.

Hvad kan få dit hjerte til at slå hurtigt?

Hvad kan få dit hjerte til at slå roligt?

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Mærk dit hjerte, mens du sidder stille.

Hop på stedet i 30 sekunder, og mærk igen. Hvad skete der?





LUNGERNE

Lungerne trænger til hjælp! De hænger slapt i Bullers Ballonland. Kan du huske, hvad du har lært om lungerne?

Hvor mange gange trækker du vejret på en dag?

☐

Mere end 20.000 gange

☐

Mindre end 20.000 gange

Hvad minder lungerne om?

☐

To små, hårde bolde

☐

To store, bløde
luftballoner

Hvad suger lungerne ud af luften?

☐

Ilt

☐

Vand

Hvad prøver lungerne at gøre, når du hoster?

☐

Holde på luften

☐

Rydde op

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Læg dig på ryggen med en bamse på maven.

Træk vejret dybt ind og langsomt ud. Hvad sker der med bamsen?





MAVESÆKKEN OG GALDEBLÆREN

Mavesækken vil bare have mere regnbueis, og galdeblæren har travlt med at følge med. Tænk tilbage på i går. Hvad fik din mavesæk at arbejde med?

Tegn eller skriv, hvad du spiste i går:

Spiste du mange forskellige ting eller meget af det samme?

Kan du lide regnbueis?

☐ Ja☐ Nej

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

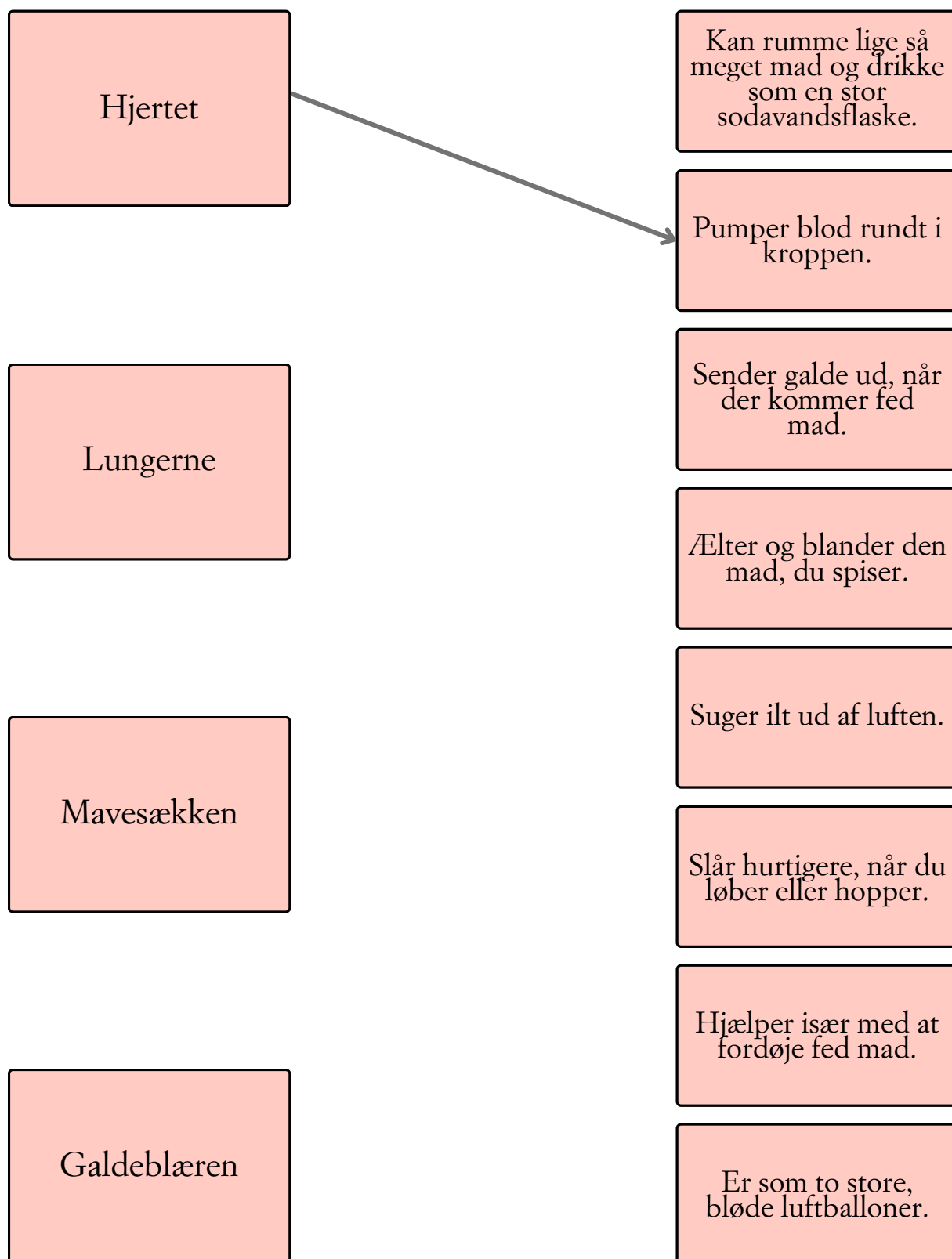
Kig jeres madpakker igennem.

Hvor mange forskellige madvarer og farver kan I finde?



KAN DU HUSKE?

Åh nej! Far er ved at få styr på kroppen, men nu er alle fakta blevet blandet sammen.
Kan du hjælpe med at få styr på dem igen? Sæt streg.





TARMSYSTEMET

Der er trafikprop i Fars tarmsystem! Tarm-teamet har brug for hjælp.
Find svarene på side 27.

Hvor langt er dit tarmsystem?

Hvad suger tyndtarmen ud af maden?

Hvad suger tyktarmen ud?

Hvor ender det, kroppen ikke kan bruge?

Hvad har tarmene brug for, så det hele kan glide?

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

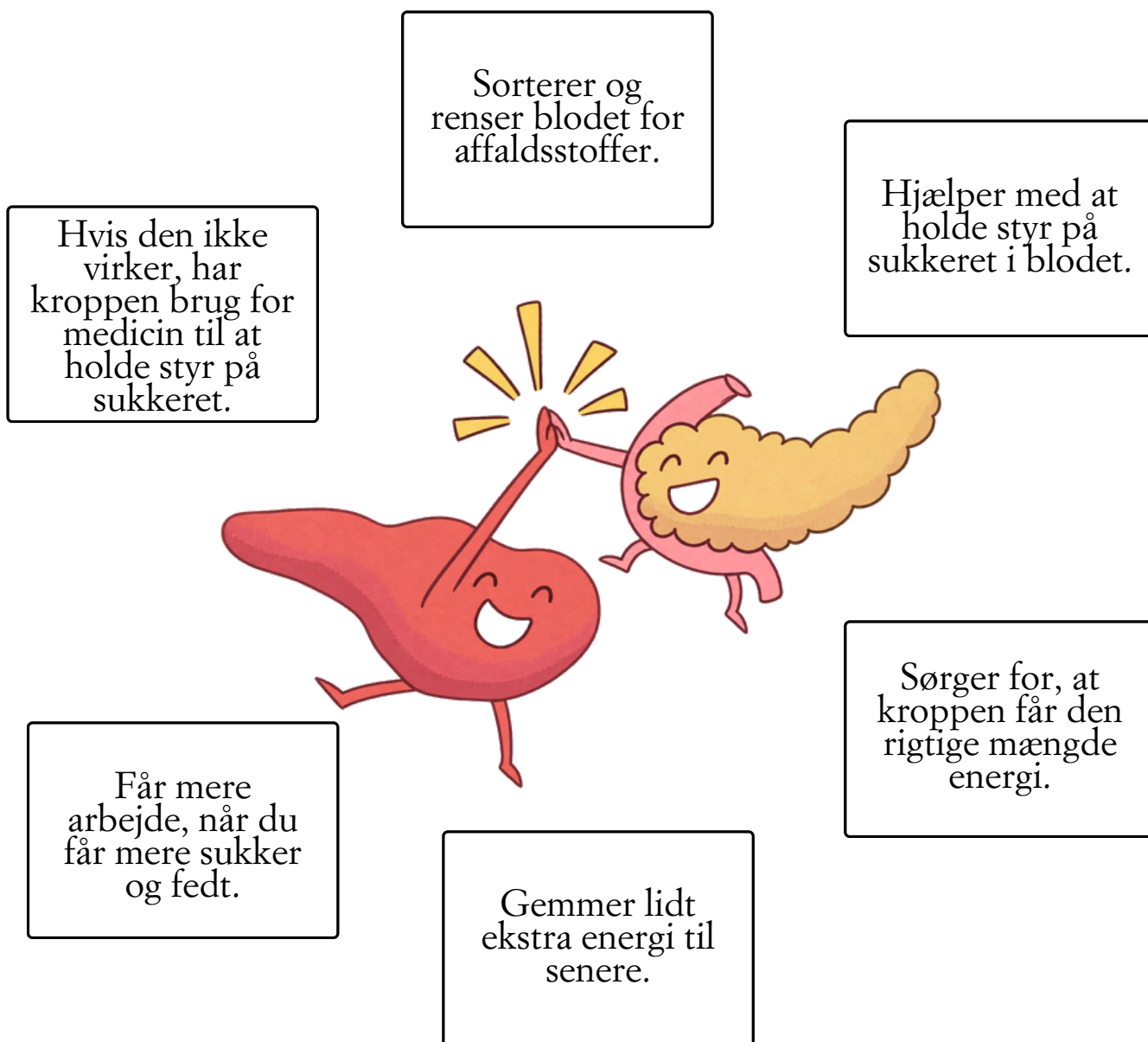
Kom havregryn i en tragt. Hæld først lidt vand i, og prøv derefter med mere vand. Hvornår glider havregrynene lettest?



LEVEREN OG BUGSPYTKIRTLEN

Leveren og bugspytkirtlen kan ikke huske, hvilke fakta der handler om hvem.
Hjælp dem med at få styr på det igen.

Farv leverens fakta **røde** og bugspytkirtlens fakta **gule**.



PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Bland vand med lidt most banan eller mel. Hæld blandingen gennem et kaffefilter eller en si. Hvad kommer igennem, og hvad bliver tilbage?



NYRERNE

Nyrerne har glemt, hvordan de skal gøre deres arbejde i Fars krop.
Find svarene, og hjælp dem med at huske det.

Nyrerne er to bønneformede filtre.

Nyrerne sidder lige under _____ .

Nyrerne renser blodet for _____ ,
overskydende vand og salt.

Det, nyrerne renser fra blodet, bliver lavet om til
_____ .

Hvis du mangler vand, _____ nyrerne på
det.

Hvis der er for meget vand, _____ nyrerne
det fri.

Indsæt ordene:

slipper	tis	ribbenene
gemmer	bønneformede	affaldsstoffer

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Bland rosiner og ris i en skål. Sortér dem i to skåle så hurtigt, du kan.
Hvad har forsøget med nyrernes arbejde at gøre?





BLÆREN

Blæren har sluppet lidt for meget af. Hjælp den med at huske, hvad der skal ske.
Skriv tallene 1–6, så rækkefølgen bliver rigtig.

☐

Du finder et toilet.

☐

Blæren er ved at være fuld.

☐

Du lukker tisset ud.

☐

Blæren sender besked til hjernen.

☐

1

Blæren gemmer på tisset.

☐

Hjernen og små lukkemuskler hjælper dig med at holde igen.

Hvad fortæller farven på dit tis?

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Fyld en ballon halvt op med vand. Hold åbningen lukket, og lad lidt vand pible ud. Tryk derefter på ballonen, og slip. Hvad sker der?



KAN DU HUSKE?

Organerne i Fars krop har glemt, hvem der gør hvad. Kan du hjælpe dem?
Skriv det rigtige organ under hver taleboble.

Jeg fører den meste mad fra maven og helt ud af kroppen.

Svar: tarmsystemet

Jeg gemmer på tisset, til du er klar til at lukke det ud.

Svar: _____

Jeg hjælper med at holde styr på sukkeret i blodet.

Svar: _____

Jeg sorterer og renser blodet for affaldsstoffer.

Svar: _____

Jeg renser blodet for affaldsstoffer, overskydende vand og salt.

Svar: _____

blæren - ~~tarmsystemet~~ - bugspytkirtlen - nyrerne - leveren

HJERNEN

HJÆLP HJERNEN! Der er alt for mange tanker og huskesedler i Fars hjerne.
Hjernen har brug for ro. Hvad kan gøre din hjerne urolig og give den ro?

Tegn eller skriv ting, der gør din hjerne urolig.

Tegn eller skriv ting, der giver din hjerne ro.



PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Sæt eller læg dig godt til rette. Luk øjnene, og træk vejret roligt i ét minut.
Fokuser kun på én ting. Hvordan føles kroppen bagefter?



NERVESYSTEMET

Nerverne har sendt så mange beskeder rundt, at de ikke længere kan huske, hvad der er rigtigt og forkert. Hjælp dem med at få styr på det igen.

	rigtigt	forkert
Nerverne sender beskeder mellem hjernen og resten af kroppen.	☐	☐
Nerverne er tykke rør, der kun findes i armene og benene.	☐	☐
Nervesystemet sender beskeder om smerte og varme.	☐	☐
Beskeder i kroppen kan rejse med over 400 kilometer i timen.	☐	☐
Nerverne sender kun beskeder fra hjernen og ud i kroppen.	☐	☐
Nerverne hjælper dig med at bevæge dig, reagere og mærke verden omkring dig.	☐	☐
Alles nervesystem sender beskeder på præcis samme måde.	☐	☐

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Stå med ryggen til en ven. Din ven siger "Nu!" og lader en bold falde. Klap, når du hører bolden ramme gulvet. Kan du blive hurtigere?





MUSKLERNE

Musklerne i Fars krop er blevet slatne og trætte. De har brug for at blive brugt igen.
Hvad bruger du dine muskler til?

Tegn eller skriv, hvad du bruger dine muskler til.



Hvordan kan du bedst lide at bevæge dig?

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Dans til din yndlingsmusik i ét minut. Hold bagefter en bog ud foran dig med strakte arme. Hvor længe kan du holde den?





KNOGLER

Knoglerne i Fars krop er tilbage på deres pladser.
Men hvordan ser knoglerne mon ud inde i din krop?

Hvordan tror du, dit skelet ser ud?
Tegn et helt skelet lavet af en masse knogler.



PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Byg et tårn af spaghetti og skumfiduser. Brug spaghetti som knogler og skumfiduser som led. Hvor højt kan I bygge, uden at tårnet vælter?



KAN DU HUSKE?

Der sker hele tiden noget i kroppen. Hvem hjælper?
Skriv hjernen, nervesystemet, musklerne eller knoglerne.

Du mærker en myg
på armen.

Hvem hjælper?

Nervesystemet

Du løser et problem.

Hvem hjælper?

Du hopper på trampolin.

Hvem hjælper?

Dit hjerte og dine lunger
skal beskyttes.

Hvem hjælper?

Du husker din livret.

Hvem hjælper?

Du løfter noget tungt.

Hvem hjælper?

Du mærker, at du bliver
prikket på skulderen.

Hvem hjælper?

Din hjerne skal beskyttes.

Hvem hjælper?



HUDEN

Huden hjælper dig med at mærke verden omkring dig.
Tænk over, hvad din hud kan mærke. Tegn eller skriv i felterne.

VARMT

Tegn eller skriv noget, der føles varmt.

KOLDT

Tegn eller skriv noget, der føles koldt.

RART

Tegn eller skriv noget, der føles rart.

UBEHAGELIGT

Tegn eller skriv noget, der føles ubehageligt.

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Stik den ene hånd i en plastikpose, og lad den anden være fri. Vent et par minutter. Mærk på begge hænder. Hvad er forskellen?



ØRERNE OG ØJNENE

Ørerne og øjnene har byttet plads og fået helt kuk i deres opgaver. Hjælp dem med at få styr på det igen. Læs sætningerne, og skriv dem i den rigtige kasse.

Hører lyde.

Ser lys og former.

Sender billeder til hjernen.

Har en trommehinde.

Blinker næsten 30.000 gange om dagen.

Hjælper dig med at holde balancen.



ØRERNE

ØJNENE

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Sæt dig på en stol, der kan dreje rundt. Luk øjnene, og lad en ven dreje dig rundt i 10 sekunder. Stop og åbn øjnene. Hvordan føles det?





NÆSEN OG TUNGEN

Næsen og tungen har fundet ud af, at de er bedst, når de arbejder sammen. Hjælp dem med at gå på jagt efter forskellige smage og lugte. Tegn eller skriv i felterne.

Noget, der smager
sødt.

Noget, der smager
surt.

Noget, der smager
salt.

Noget, der smager
bittert.

Noget, der smager
umami.

Noget, der lugter
godt.

Noget, der lugter
dårligt.

Noget, der lugter
stærkt.

Noget, du både kan
lugte og smage.

PRØV SELV OG TAL SAMMEN!

Luk øjnene, og hold dig for næsen, mens du smager på noget. Kan du gætte, hvad det er? Prøv igen uden at holde dig for næsen. Er der forskel?



KAN DU HUSKE?

Kan du huske, hvad huden, ørerne, øjnene, næsen og tungen kan?
Læs de to sætninger i hvert felt, og farv den rigtige.

Huden hjælper med at holde snavs og bakterier ude.

Huden hjælper med at fordøje maden.

Ørerne hjælper dig med at holde balancen.

Ørerne sender billeder til hjernen.

Øjnene sender lyde til hjernen.

Øjnene sender billeder til hjernen.

Næsen kan advare dig mod røg og rådden mad.

Næsen kan smage sødt, surt og salt.

Tungen har smagsløg, der kan smage fem grundsmage.

Tungen har små hår, der fanger støv og bakterier.



BESLUTNINGSORGANET

Nu er det jer, der bestemmer! Læs de seks situationer, og tal sammen om, hvad I synes, Far skal gøre. Husk, der er ikke altid kun ét rigtigt svar.

Far har siddet med sin skærm længe. Han vil gerne se én video mere.

Hvad beslutter I?

Far har næsten ikke drukket vand i dag. Nu er han tørstig og vil have en sodavand.

Hvad beslutter I?

Far har siddet stille hele dagen. Nu vil han helst ligge på sofaen resten af aftenen.

Hvad beslutter I?

Det er fredag aften. Far er træt og har virkelig lyst til slik.

Hvad beslutter I?

Du er til fødselsdag. Der bliver serveret den største regnbueis, du nogensinde har set.

Hvad beslutter I?

Det er en varm sommerdag. Far vil gerne være ude og lege med sine venner.

Hvad beslutter I?



EFTER DU HAR LÆST BOGEN

HVAD HAR DU LÆRT OM KROPPEN?

Java, Atlas og Doktor Lambang har været hele vejen rundt i Fars krop. Nu er rejsen slut. Tænk tilbage på det, du har læst, og fortæl om det, du bedst kan huske.

Det vildeste, jeg har lært om kroppen, er ...

Det organ, jeg synes er mest spændende, er ...

Noget, der overraskede mig, var ...

TAK FORDI DU LÆSTE MED

Du og din krop. I skal være et team. For når du passer godt på din krop, passer kroppen godt på dig!



A decorative border of stylized pink clouds surrounds the central text.

FIND FLERE LITTERATURGUIDES OG INSPIRATION TIL UNDERVISNINGEN PÅ SKOLELÆRERLIFE.DK OG ALVILDA.DK/LAERINGSSUNIVERS

Undervisningsmaterialer udarbejdet af **Alvilda** & © skolelærerlife.dk

Bogen er skrevet af Kaspar og Lambang Arianto
med illustrationer af Angelica Inigo

Print og kopiering af dette materiale er tilladt, forudsat at det sker i overensstemmelse med skolens aftale med Tekst & Node.

A cartoon illustration at the bottom right shows a pink bone and an orange pencil.