

Lærervejledning

Stoleleg om lungerne

Formål

Eleverne bliver bevidste om, hvornår de bruger lungerne i hverdagen.
De kobler bevægelse og faglig viden.

Målgruppe: 2.-9. klasse

Det skal I bruge: Stole til alle deltagere minus én.

Sådan gør I

1. Eleverne sidder på stole, placeret i en rundkreds.
2. Én elev står i midten.
3. Eleven i midten siger et udsagn, f.eks. "Jeg bruger lungerne, når jeg synger."
4. Alle, som udsagnet passer på, rejser sig og finder en ny plads.
Man må ikke sætte sig på stolen ved siden af sin egen.
5. Den, der står tilbage uden stol, siger et nyt udsagn.



Legen fortsætter

Eksempler på udsagn

- Jeg bruger lungerne, når jeg løber.
- Jeg bruger lungerne, når jeg griner.
- Jeg bruger lungerne, når jeg sover.
- Jeg bruger lungerne, når jeg puster balloner op.

Faglig kobling

Tal med eleverne efter legen og med at sætte faglige ord på deres oplevelser.

Spørg f.eks.:

- Hvornår arbejder lungerne ekstra hårdt?
- Hvordan kan vi mærke det i kroppen?
- Hvad sker der med vejtrækningen, når vi bevæger os?
- Hvorfor begynder vi at trække vejret hurtigere, når vi løber?
- Hvad har musklerne brug for fra lungerne?
- Hvordan kommer ilten rundt i kroppen?
- Hvad betyder det, hvis lungerne ikke fungerer optimalt?
- Hvordan kan det påvirke hverdagen, at lungerne ikke fungerer optimalt?
- Hvordan kan lungesygdomme begrænse barnet mulighed for at deltage i leg og bevægelse?

Viden om lungerne

Her kan I finde mere viden om lungernes opbygning, funktion og om lungesygdomme hos børn på [Børnelungefondens](https://www.lunge.dk/) hjemmeside og i [Den lille lungeguide](#) - guide til læreren.