

MATHS

"Ny teknik: Balanserar dina aktiviteter"

Ref. 38990



NY TEKNIK: BALANSERAR DINA AKTIVITETER

Ref. 38990



INNEHÅLL:

Spelet består av 50 sexkantiga plattor, 42 med riktiga bilder och 8 plattor med olika ikoner. Plattorna är gjorda av högkvalitativ och hållbar papp. Plattornas mått: 8,5 x 7,5 cm.

REKOMMENDERAD ÅLDER OCH ANVÄNDNING:

5 till 10 år.

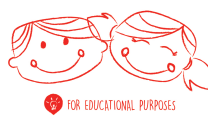
Detta spel syftar till att öka medvetenheten om vikten av att veta hur man strukturerar sin lediga tid mellan olika aktiviteter med särskild hänsyn till teknikanvändning.

Det kan riktas till små barn eftersom de kommer i kontakt med tekniska enheter tidigt. Spelet är ett verktyg för att reflektera över deras förhållande till dessa enheter, särskilt när det gäller den tid som spenderas och aktiviteter som utförs med dem.

Med äldre barn tar spelet upp fördelar och nackdelar med ny teknik. Med tanke på aspekter som en stillasittande livsstil eller social isolering som möjliga följder av överdriven användning av skärmar.









LÄRANDEMÅL:

- Identifiera varje barns fritid och fritidsaktiviteter.
- Upptäcka mångfalden av aktiviteter som kan göras på fritiden.
- Få vetskap om och klassificera olika fritidsaktiviteter beroende på aktivitetens varaktighet, om den utförs individuellt eller i grupp, om den innebär stillasittande eller mentalt arbete, om det är en fysisk aktivitet eller om den är teknisk.
- Inse vikten av att utföra varierande aktiviteter.
- Integrera användning av tekniska enheter och ny teknik i de dagliga aktiviteterna, på ett naturligt och balanserat sätt.
- Reflektera över risker och följder av att endast utföra en typ av aktivitet.
- Reflektera över missbruk av ny teknik och dess konsekvenser.



IKONBESKRIVNING:

De 8 ikonerna representerar olika kategorier där du kan klassificera de aktiviteter som visas i spelet. Dessa kategorier är inte unika och kan förekomma samtidigt i vissa aktiviteter.

	Fysisk aktivitet: Aktiviteten omfattar fysisk träning och rörelse.
	Mental aktivitet: Aktiviteten innebär att man tränar kognitiva funktioner.
	Individuell aktivitet: Aktiviteten utförs av en enda person.
	Gruppaktivitet: Aktiviteten utförs av en grupp.
	Stillasittande aktivitet: Aktiviteten utförs sittande.
	Teknisk aktivitet: Aktiviteten utförs med en elektronisk enhet.
	Lång tid: Aktiviteten utförs under lång tid.
	Kort tid: Aktiviteten utförs under kort tid.

Aktiviteter för att lära känna materialet:

Definiera ikoner och klassificera aktiviteter:

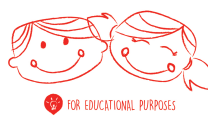
1. En ikon väljs i förhållande till den aktivitetskategori du vill arbeta med och placeras i mitten av bordet. Aktivetskorten ligger uppåtvända.
2. De aktivitetskort som motsvarar den utvalda aktiviteten placeras runt ikonens kort.
3. Därefter diskuteras urvalet.
4. Samma aktivitet kan upprepas genom att välja en annan kategori eller genom att föreslå två kategorier samtidigt, välj aktiviteter som kan ingå i båda (t.ex. fysiska aktiviteter och gruppaktiviteter).

Definiera aktiviteter och associera dem med ikonerna:

1. Några aktivitetskort väljs ut och aktiviteten/aktiviteterna som observeras i bilden/bilderna måste beskrivas: tecken, typ av aktivitet, plats där aktiviteten utförs, figurernas handlingar, känslor, etc. Beroende på ålder kommer fler eller färre kort att läggas till.
2. Därefter måste du sammankoppla ikonerna som är relaterade till de aktiviteter som visas på bilderna.
3. Slutligen måste sammankopplingen argumenteras.

SPEL- OCH AKTIVITETSSYSTEM:

1. **Min fritids mosaik.** Välj fritid och fritidsaktiviteter som utförs under veckan, och gör en mosaik av dem. Analysera antalet aktiviteter som utförs, om de är olika, om de är likadana eller upprepade aktiviteter, den tid som ägnas åt dem per vecka, varaktigheten för de olika aktiviteterna, etc. Välj sedan de ikoner som kan relateras till de veckovisa aktiviteterna. Tänk på de valda ikonerna och på de som inte har sammankopplats, för att bedöma lämpligheten med att inkludera fler varierade och veckovisa aktiviteter. Möjliga frågor som inbjuder till eftertanke: *Hur är de flesta av dina aktiviteter? Varför finns det ingen "fysisk" typ? Vilken typ av aktivitet anser du saknas från din vecka? Är det lämpligt att bara utföra "mentala" aktiviteter? etc.*
2. **Min pyramid av favoritaktiviteter:** Gör en pyramid med de 10 aktiviteter som du gillar mest. Du måste välja dina 10 favoritaktiviteter. Därefter måste du rangordna den aktivitet som du gillar mest i pyramiden, de andra 2 aktiviteterna som du gillar mest på raden under, 3 på nästa rad, och de 4 återstående aktiviteterna på den sista raden. När pyramiden är klar får du möjlighet att reflektera över hur de flesta av dina favoritaktiviteter ser ut: *utförs de ute eller inne? Utförs de individuellt eller i grupp? Är de stillasittande eller fysiska, är de varierade, bör de varieras, varför bör de varieras, etc.*



- 3. Polära motsatser.** Ett par ikoner som kan anses vara motsatta har valts ut: t.ex. *kort tid - lång tid; individuell - i grupp; fysisk - stillasittande*, (alla ikoner är inte motsatta, många kan betraktas som komplementära snarare än motsatta). Varje motsatt ikon placeras på bordets motsatta ände. Därefter måste du klassificera och sammankoppla aktiviteterna i en av de två ikonerna. Slutligen kommer vi att ställa oss själva frågor att reflektera över: *Kan denna aktivitet överföras till den andra ikonen? Vad borde ändras i aktiviteten så att vi kan inkludera den på motsatt sida? Vilken typ av aktivitet identifierar vi oss mest med, etc.*
- 4. Anslut tekniken.** Alla teknikrelaterade aktiviteter väljs ut och placeras i mitten av bordet. Beskriv aktiviteterna och sammankoppla var och en av dem med en av följande ikoner: *lång tid - kort tid; individuell - i grupp; fysisk - stillasittande - mental*. Vi kan sammankoppla mer än en ikon till samma aktivitet (t.ex. *lång tid och i grupp*). På samma sätt kan en ikon sammankopplas med mer än en aktivitet. Därefter kan du forma en figur med alla kort relaterade till varandra. Slutligen, reflektera över mångfalden av existerande tekniska aktiviteter, med tanke på att alla tekniska aktiviteter eller enheter inte är desamma. Allt beror på vilken typ av enhet som används (*mobil, surfplatta, elektronikbräda, VR-glasögon, videospelskonsol ...*), syftet med användningen (*läxor, fritid, kommunikation, adaptiva system för funktionshindrade ...*), med vem den används (*ensam, med vänner, med familjen, med främlingar ...*) och vilken tid på dagen den används (*i skolan, medan du studerar, under helgen, på en väns fest*).

Eventuell överdriven användning kan leda till konsekvenser på lång sikt. I en balans av aktiviteter hittar du den optimala fritidsutvecklingen för ett hälsosamt liv.

