



LASSE HØJSTRUP SØRENSEN

SIDAN 1

## Fakta om gymnastik

Lärarmaterial



### VAD HANDLAR BOKEN OM?

Boken handlar om olika sorters gymnastik. Visste du att det finns massor av olika grenar inom gymnastik? Vet du vad ett tumbling-golv är eller vem som har rekordet för flest hopp i hopprep på 30 sekunder? I boken får du reda på detta och en massa annan spännande fakta om gymnastik.

### LGR22 CENTRALT INNEHÅLL SOM TRÄNAS

- Sakprosatexter för barn och unga. Beskrivande, förklarande, instruerande och argumenterande texter. Texternas innehåll, uppbyggnad och typiska språkliga drag. (SV åk 4–6)
- Sammanfattning av texter. (SV åk 4–6)
- Språkliga strategier för att minnas och lära, till exempel grafiska modeller och stödord. (SV åk 4–6)

### ELEVERNA TRÄNAR FÖLJANDE FÖRMÅGOR

- Formulera sig och kommunicera i tal och skrift.
- Läsa och analysera skönlitteratur och andra texter för olika syften.



## LGRSÄR22 CENTRALT INNEHÅLL SOM TRÄNAS

- Sakprosatexter för barn och unga. Beskrivande, förklarande och instruerande texter och hur deras innehåll kan organiseras. (SV åk 4–6)
- Att återge delar av innehållet i olika texter samt resonera om budskap och handling i texterna. (SV åk 4–6)
- Språkliga strategier för att minnas och lära, till exempel bilder och grafiska modeller. (SV åk 4–6)

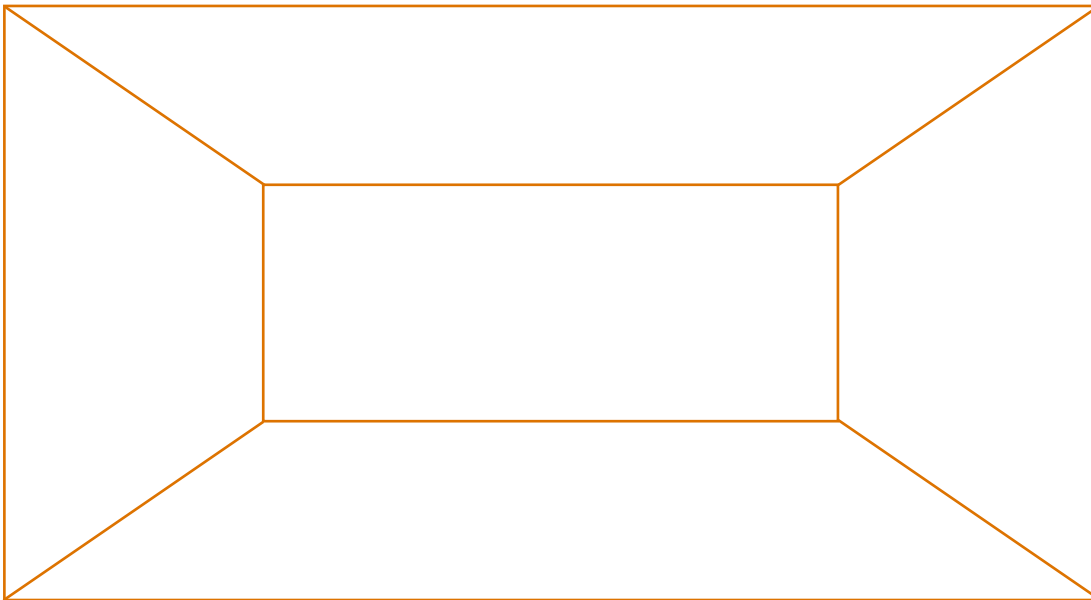
## ELEVERNA TRÄNAR FÖLJANDE FÖRMÅGOR

- Tala och samtala i olika sammanhang.
- Läsa, förstå och reflektera över olika texter.
- Skriva texter för olika syften och mottagare.



## MÖTAS PÅ MITTEN

Dela in eleverna i grupper om fyra. Ge varje grupp ett A3-papper som du har delat in i fyra fält samt ett fält i mitten (se nedan). Längst upp på pappret har du skrivit: Vad i boken tyckte du var intressant? Uppgiften är att under 5 minuter enskilt fundera över frågan du skrivit överst på pappret och skriva ner sina tankar i var sitt fält. När fem minuter har gått berättar alla i gruppen för varandra vad de har skrivit upp. Saker som gruppen har gemensamt skrivs i mittenfältet (om någon elev har skrivit något som de andra inte skrivit men som de håller med om, kan detta också skrivas i mittenfältet). Avslutningsvis får en elev i varje team läsa upp det som står i mitten för den stora gruppen.





## MINA ORD/DINA ORD

Eleverna ska nu fundera kring olika tävlingar. I boken får vi lära oss om gymnastik. Vad finns det för andra sporter eller aktiviteter som man kan tävla i?

Övningen mina ord/dina ord innebär att var och en i klassen skriver upp de sporter man kommer att tänka på som går att tävla i. Eleverna skriver på ett papper i kolumnen Mina ord. De går sedan runt och frågar kamraterna vilka ord de har. När den andra hör ett ord som den inte har på sin lista, ber den om att få det ordet och skriver upp det i kolumnen Dina ord. (Det är bra om eleverna har hårda skrivunderlägg eftersom de står upp när de skriver.) Därefter blir det ombytta roller. Gå sedan igenom vilka tävlingar eleverna har på sina papper högt i klassen.

Mina ord	Dina ord



## FRUSEN TID

Låt eleverna skriva text till en bild från boken Fakta om gymnastik. Förklara att ett foto är "frusen tid", dvs det händer något innan bilden togs, det händer något just när bilden tas och det kommer att hända något när bilden är tagen. Be eleverna skriva en text till bilden, där de fantiserar ihop en historia om vad som händer, vad som händer och vad som kommer att hända. Sätt upp bilderna i klassrummet och be eleverna läsa sina berättelser. Här kan man låta flera elever få samma bild. Det blir då flera olika berättelser om samma motiv och det är lite extra spännande.





## FACIT

## LÄSFÖRSTÅELSE

### Frågor på raden

(Du hittar svaret på raden, direkt i texten.)

1. Vad kallas en person som håller på med gymnastik?  
*En person som håller på med gymnastik kallas för en gymnast.*
2. Vilka delar av kroppen tränar man i Ling-gymnastik?  
*Man tränar alla delar av kroppen i Ling-gymnastik.*
3. Vad brukar barngymnastik avslutas med?  
*Barngymnastik brukar avslutas med avslappning.*
4. Vad kallas den gymnastik som är för personer med en funktionsvariation?  
*Paragymnastik kallas den gymnastik som är för personer som har en funktionsvariation.*
5. Vad gör man på en gymnastikuppvisning?  
*På en gymnastikuppvisning visar man olika gymnastiska övningar för en publik.*
6. Vilken form av gymnastik är störst när man tävlar i gymnastik i Sverige?  
*Den största tävlingsformen inom gymnastik i Sverige är truppgymnastik.*
7. Vad kallas det när man tävlar i grupp eller lag i gymnastik?  
*Det kallas att man tävlar i trupp när man tävlar i grupp eller lag i gymnastik.*
8. Vad kallas denna klass inom truppgymnastiken?



*Denna klass inom truppgymnastiken kallas mixad klass.*

9. Var gör man sina övningar inom artistisk gymnastik?  
*Man gör sina övningar på olika redskap, exempelvis på bom eller i ringar.*
10. När man utför rytmisk gymnastik använder man fem redskap. Vilka redskap saknas här nedan?
  - band
  - tunnband
  - rep*De redskap som saknas är boll och käglor.*



11. Vad kallas den sortens gymnastik som blandar dans, gymnastik och aerobics?  
*Den här typen av gymnastik heter aerobic gymnastics.*
12. Vad är ett tumbling-golv och vad gör man på det?  
*Ett tumbling-golv är en matta som är 25 meter lång och 2 meter bred. Här gör man olika sorters övningar, oftast olika volter och hopp.*
13. Vad är syftet med parkour?  
*Syftet med parkour är att man ska ta sig från en plats till en annan så snabbt som möjligt. På vägen gör man olika trick och hopp.*

### Frågor mellan raderna

(Du måste tänka efter när du har läst texten. Genom ledtrådar i texten hittar du svaret.)

14. Varför kallas en sorts gymnastik för Ling-gymnastik?  
*En sorts gymnastik kallas för Ling-gymnastik för att det var en man som hette Pehr Henrik Ling som startade denna sorts gymnastik.*
15. Hur många fler grenar utför män jämfört med kvinnor när man tävlar i artistisk gymnastik?  
*Män utför två fler grenar än kvinnor när man tävlar i artistisk gymnastik.*
16. Vad är skillnaden mellan individuell trampolin, synkron trampolin och dubbel-mini-trampolin (DMT)?  
*Skillnaden mellan individuell trampolin, synkron trampolin och dubbel-mini-trampolin (DMT) är att i synkron trampolin tävlar man i par.*
17. Varför har gymnastik fått sitt namn ifrån det grekiska ordet gymnos?  
*Ordet gymnastik kommer från grekiskans gymnos. Det betyder naken. Männen som utövade gymnastik i antikens Grekland hade nämligen inga kläder på sig.*

### Frågor bortom raderna

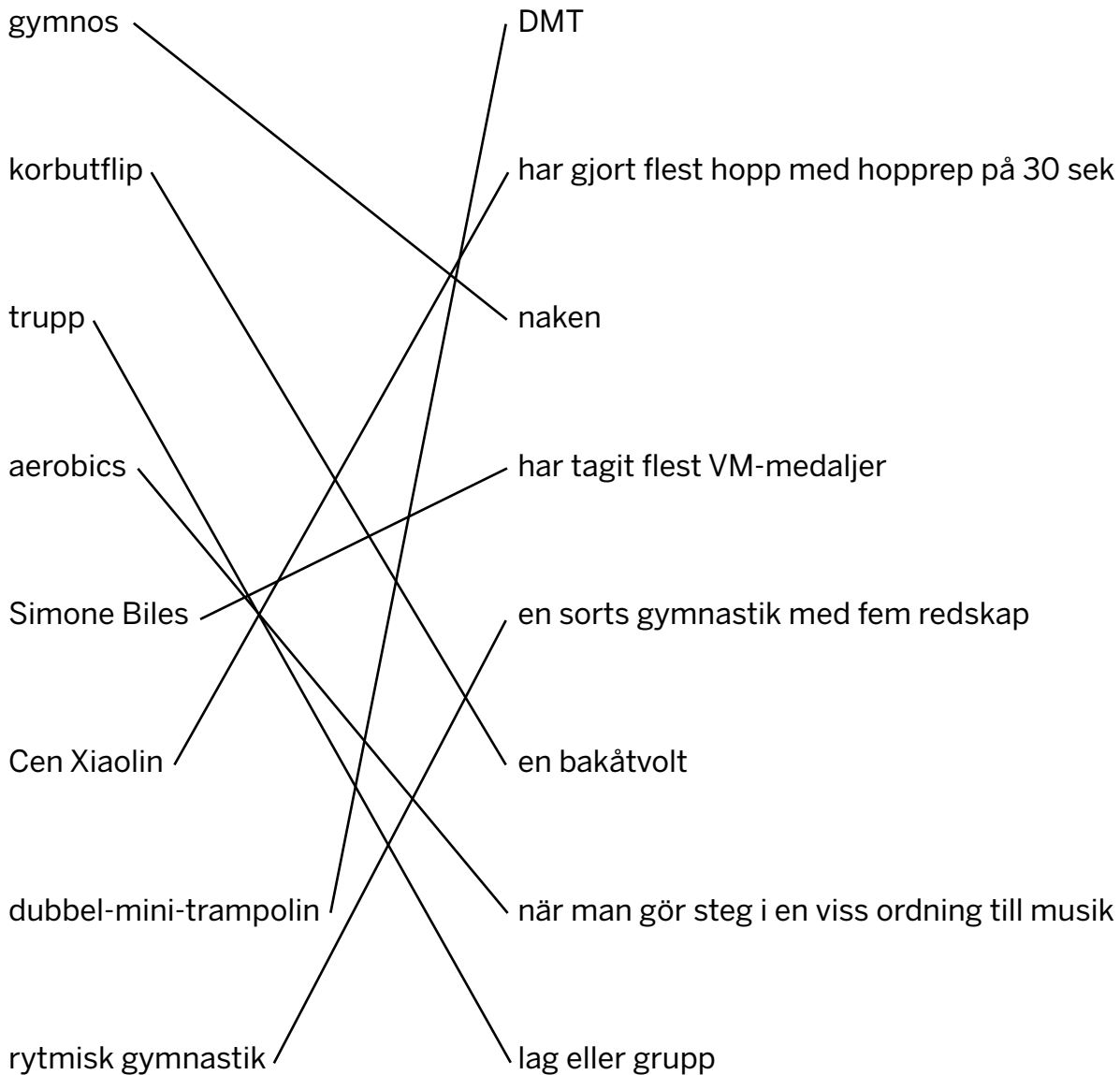
(Fundera och ge ett eget svar.)

18. Vad tror du var orsaken till att män som skulle ut i krig tränade gymnastik förr?  
*Eget svar.*
19. Vid OS i Tokyo 2021 avbröt Simone Biles flera tävlingar, eftersom hon mådde psykiskt dåligt. Vad tror du menas med att hon mådde psykiskt dåligt?  
*Eget svar.*
20. Vilken sorts gymnastik som du läst om i boken tycker du verkar svårast?  
Berätta varför du tycker så.  
*Eget svar.*
21. Har du tränat någon form av gymnastik? Berätta vad i så fall.  
*Eget svar.*
22. Har du testat att hoppa med två rep samtidigt någon gång?  
*Eget svar.*



## KLURIGA ORD FRÅN BOKEN

Para ihop varje ord med rätt förklaring. Alla orden finns i boken så ett tips är att hitta ordet i boken och läsa meningen där ordet står, så kanske du får en ledtråd.



Pehr Henrik Ling \_\_\_\_\_ startade världens första skola för gymnastiklärare