



🕒 30–45 minuter

📦 Nybörjare

🎓 Årskurs 3–5

Engagera (hela klassen, 5 minuter)

- Ha en kort diskussion om höjdhopp.
- Ställ frågor som får eleverna att tänka efter. Några förslag:
 - Vad är höjdhopp?
 - Hur använder idrottaren sin kropp för att hoppa högre? (Ökad rörelsemängd och hastighet, och att trycka ifrån ordentligt, gör att höjdhopparen lämnar marken.)
- Låt eleverna övergå till byggutmaningen.

Utforska (individuellt arbete, 20 minuter)

- Låt eleverna arbeta självständigt för att bygga en höjdhoppsmodell där en minifigur hoppar över en ribba.
- Byggstegen beskrivs i elevbladet. Det finns inga specifika bygginstruktioner.
- Eleverna kan använda bilderna i elevbladet som inspirationskälla, eller så bygger de fritt efter fantasin.

Förklara (hela klassen, 10 minuter)

- Uppmana eleverna att förklara hur de har fått sina minifigurer att hoppa högre.
- Ställ frågor som:
 - Vad har du lagt märke till när det gäller förhållandet mellan hopphöjden och hur hårt du tryckte på ivägskjutningsmekanismen? (Ju hårdare man trycker, desto högre hoppar minifiguren.)

Utveckla (individuellt arbete, 10 minuter)

- Låt eleverna spela in en sportsändning där de använder vetenskapligt språk för att förklara minifigurens rörelse och smidighet.

Utvärdera (individuellt arbete)

- Be varje elev att ge ett exempel på ett rörelsemönster som de har observerat hos sina modeller.

2000471

Höjdhopp

Elevblad

Vi provar höjdhoppning!

Bygg en höjdhoppsmodell.

Du behöver:

En uppskjutningsramp för minifiguren
Säkerhetstips: Fäst minifiguren i snöret.

En höjdhoppsribba

En numrerad bricka för att mäta
ribbans höjd

Använd bilderna som inspirationskälla,
eller använd din fantasi.

Förklara ett rörelsemönster som du
har observerat i din modell.

