

# KOM GODT FRA START SÅDAN BRUGER DU DET DIGITALE BEVÆGELSE SUNIVERS



Deltagelse for alle  
Videnscenter  
om handicap



Udviklet med støtte fra:  
Børne- & Undervisningsministeriets uddannelsesmidler



# 1. INTRODUKTION

## Kom godt i gang med Det digitale bevægelsesunivers!

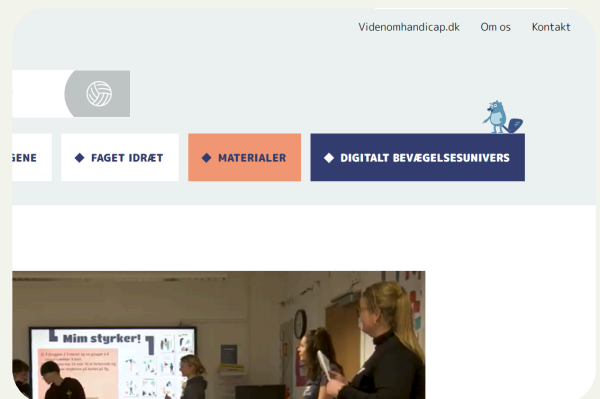
Med det digitale bevægelsesunivers kan du afspille inkluderende bevægelsesaktiviteter direkte i undervisningen. Bevægelsesuniverset kan tilgås nemt og gratis på alle devices.

### Find platformen

Klik ind på

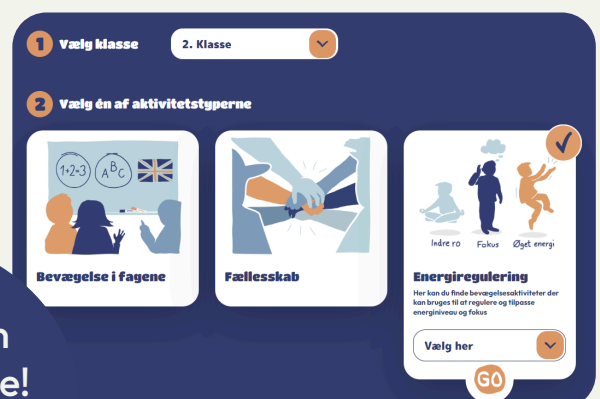
[aktiviteterforalle.dk/skole](https://aktiviteterforalle.dk/skole) 

Vælg Digitalt bevægelsesunivers i bjælken øverst på siden.

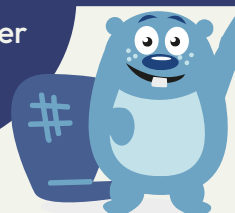


Direkte adgang til bevægelsesuniverset opnår du på

[aktiviteterforalle.dk/webapp](https://aktiviteterforalle.dk/webapp) 



Gem adressen som bogmærke! Så har du aktiviteter lige ved hånden.

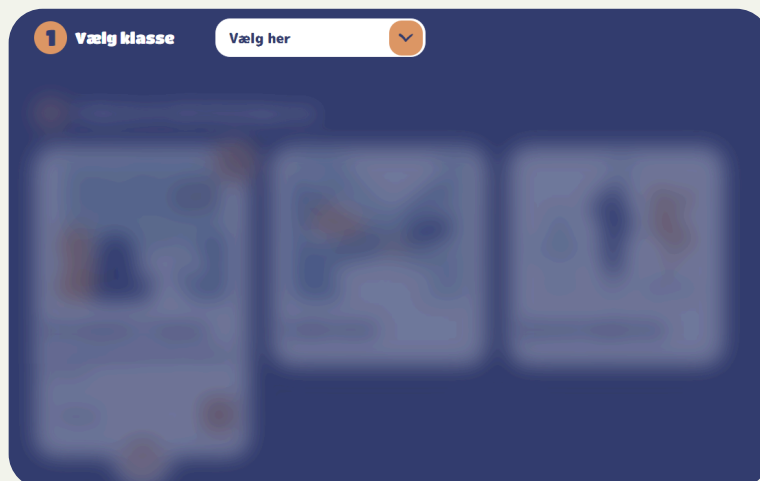


# 2. INDEN AKTIVITETEN

## Velkommen til Det digitale bevægelsesunivers!

Først skal du vælge **klassetrin**

Du vil opleve at nogle aktiviteter går igen på tværs af klassetrin og kategorier.



## Vælg kategori

Derefter skal du vælge, om bevægelsesaktiviteterne skal have fokus på **fagene**, **fællesskabet** eller **regulering** af elevernes energiniveau.

I aktiviteterne til Bevægelse i fagene bruger eleverne kroppen, når de lærer. Du finder aktiviteter til dansk, engelsk og matematik.

I aktiviteterne til Fællesskab er der fokus på klassens fællesskab og styrket trivsel. Du finder aktiviteter, hvor eleverne er sammen hele klassen eller to og to.

I aktiviteterne til Energiregulering kan du regulere og tilpasse elevernes energiniveau. Du finder aktiviteter til indre ro, fokus og øget energi.



## Aktivitetsoversigt

Når du har valgt dig ind på den ønskede kategori, får du en **oversigt** over aktiviteterne.

Nogle aktiviteter ligger i flere sværhedsgrader, andre ligger i en version med ekstra støtte og så er der også nogen, der både ligger som en to og to samt alene aktivitet.

 <b>Følg fødderne</b> 4 min To og to GO	 <b>Giftig pil</b> 3 min To og to GO	 <b>Grænseleg</b> 5 min To og to GO
 <b>Hånd til fod</b> 5 min To og to GO	 <b>Hils på din klassekammerat</b> 4 min Hele klassen GO	 <b>Mågelort</b> 5 min Hele klassen GO

## Funktioner i oversigten

Læs om aktiviteten ved at klikke på informationsknappen.



Se hvor lang tid aktiviteten tager.



5 min

Se om aktiviteten foregår alene



to og to



i en stor gruppe.



## Start aktiviteten

For at starte din ønskede aktiviteten trykker på du **GO**.





# 3. UNDER AKTIVITETEN

## Fire funktioner i introduktionen til alle aktiviteter

### Playsymbol



Til at afspille en **introduktionsvideo**, der forklarer og viser aktiviteten.

### Time Timer



Du selv kan sætte tiden på aktiviteten – du kan også justere tiden undervejs, hvis du vil lave aktiviteten i længere eller kortere tid.

### Huset



Denne fører dig tilbage til startskærmen.

### Pilen

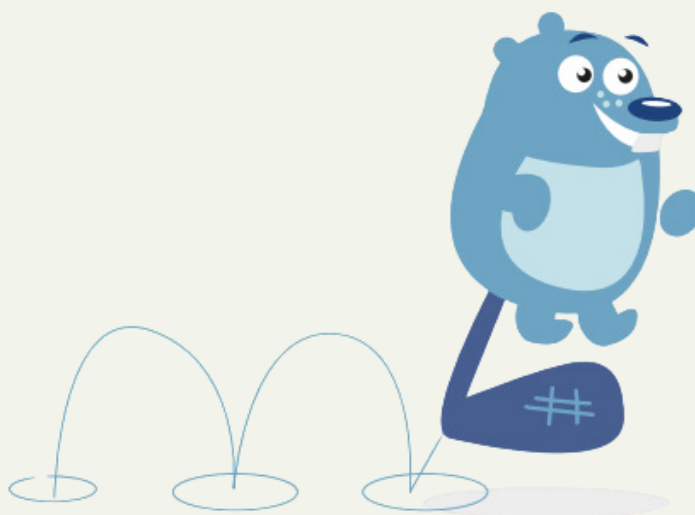


Denne fører dig tilbage til aktivitetsoversigten



## Bevægelsesbæveren

Derudover vil du altid i både introduktionsvideoen og undervejs i aktiviteterne møde **bevægelsesbæveren**, der forklarer og guider eleverne i aktiviteten.



## Tre forskellige aktivitets formater

Du vil møde aktiviteter i tre forskellige formater:

### 1. Visning af en video

Aktiviteten er en video, hvor eleverne skal holde øje med skærmen og følge bæveren og de børn, der fremgår i videoen.



### 2. Fokus på hinanden

Aktiviteten bliver sat i gang på skærmen og derefter sker der ikke noget nyt på skærmen. Eleverne har fokus på hinanden indtil aktiviteten slutter.



### 3. Små opgaver på skærmen

Aktiviteten er små opgaver, man skifter mellem på skærmen. Eleverne har både fokus på hinanden og skærmen.



## Fem funktioner, når aktiviteten spiller

Imens aktiviteten er i gang kan du altid klikke på fem funktioner.



#### Pausesymbol

Til at sætte aktiviteten og dermed også tiden på pause.



#### Automatisk afspilning

En særlig brugbar funktion til aktiviteterne i format 3 med små opgaver på skærmen, du skifter imellem.

Du kan slå denne til og fra alt efter, om du selv vil skifte mellem de små opgaver eller om det skal køre automatisk.



#### Gå videre

Til at gå videre til næste step eller næste opgave.



#### Gå tilbage

Til at gå tilbage til forrige step eller opgave.



#### Time Timeren

Klik på denne og juster tiden undervejs eller for at afslutte aktiviteten.

# 4. EFTER AKTIVITETEN

## Afslutning af en aktivitet

Aktiviteten slutter af sig selv, når tiden er gået eller hvis du afslutter den via Time Timeren.

Alle aktiviteterne slutter med en genkendelig **outrovideo**.



## Aktivitetsoversigt

Efter outrovideoen kommer du tilbage til **oversigten** over aktiviteter i din valgte kategori.

Du kan altid trykke på huset for at komme tilbage til start og vælge en aktivitet fra en anden kategori.







Deltagelse for alle  
**Videnscenter  
om handicap**



Udviklet med støtte fra:  
Børne- & Undervisningsministeriet udlodningsmidler

## Kontakt

Blekinge Boulevard 2  
Høje Taastrup, 2630  
Handicaporganisationernes Hus

[www.videnomhandicap.dk](http://www.videnomhandicap.dk)  
[post@videnomhandicap.dk](mailto:post@videnomhandicap.dk)

