

**Titel:**  
**Vand - stafet**

**Type:**  
**Bevægelsesaktivitet og værkstedsaktivitet**

**Varighed:**  
**3-4 lektioner**

**Trin:**  
**4.-6. kl.**

**Fag:**  
**Idræt, dansk, Natur og Teknologi**

---

### **Formål**

At eleverne lærer om rent vands betydning for sundhed. Der er fokus på elevernes egne oplevelser af sundhed og deres erfaringer med, hvad sundhed og vand er for dem.

Formålet med dette læringsforløb er, at eleverne gør sig nogle grundlæggende overvejelser over, hvad sundhed kan være. Deres egne oplevelser og refleksioner udfordres - og de præsenteres for andre børns livsvilkår og sundhedsproblematikker.

Rent vands betydning for sundhed er i fokus i de to bevægelsesaktiviteter/lege, men formålet er også at eleverne opnår en forståelse af sundhed som et bredere begreb.

### **Forberedelse**

Dette læringsforløb er opdelt i to dele. Disse forberedelser skal underviseren gøre sig for at være klar.

Første del af dette læringsforløb foregår i et klasselokale. Til denne aktivitet skal eleverne tegne og svare på nogle spørgsmål og se en kort film.

Anden del af dette læringsforløb foregår i en sal/hal eller på et udeområde. Her skal leges to stafet-lege. Der skal leges med vand, så det er en god ide at eleverne har skiftetøj med.

## Beskrivelse

Del 1.

Eleverne samles i et klasselokale. De skal arbejde med sundhed og rent vand. Første modul handler om, hvor meget vand vi bruger - og hvad vi bruger vandet til?

Vi har nem adgang til rent vand i Danmark, men lad eleverne undersøge deres forbrugsmønster og mængder.

1. Lad eleverne brainstorme over hvad de bruger vand til i hverdagen. Dernæst hvad vi som samfund bruger vand til. Noter det ned på to forskellig farvede post-its. Lav øvelsen i grupper og tag en fælles snak på klassen efterfølgende.
2. Lad eleverne gætte på hvad vi bruger mest vand på. Brug arbejdsark 1.
3. Kig sammen på klassen på cirkeldiagrammet - arbejdsark 2. Har eleverne gættet rigtigt?
4. Med udgangspunkt i at hver dansker bruger 104 l vand i døgnet, kan eleverne omregne diagrammets tal til liter og lave et søjlediagram.
5. Se denne lille film om Fatoumata fra Burkina Faso der henter vand <https://heleverdeniskole.dk/bibliotek/burkina-faso/fatoumata/>
6. Lad eleverne drøfte i grupper hvilke konsekvenser det kan have for børn ikke at have direkte adgang til rent vand. Snak om det fælles til en afslutning. Kom med et gæt på hvad Fatoumata bruger af vand om dagen?

Afslut læringsforløbet med at tale forløbet igennem med eleverne. Hvad har de lært om sundhed og rent vand? Og hvad tænker de om forskellene på børns adgang til rent vand i verden?

Del 2.

Eleverne samles på et afgrænset udeområde. Underviseren introducerer eleverne for dagens emne, som er rent vand og underemnet "Når der ikke bare kan åbnes for vandhanen!"

Scenen sættes for to forskellige bevægelseslege ved at underviseren kort tager en snak med eleverne, om de har oplevet at vand var noget der manglede, eller vand var noget, som man skulle gøre sig umage for at skaffe?

En god pointe er at hjælpe eleverne frem til at rent vand har betydning for mange ting. Specielt en sondring mellem vands betydning for fysisk sundhed (sygdom) og vands betydning for naturen (madvarer fx.) vil være gode ting at snakke om.

Elevernes introduceres nu til den første af to rent vand-stafetter. Her efter leges legene.

*Første Rent vand-stafet hedder / Bær hvad du bruger:*

Eleverne ved fra første modul, at vi hver især i Danmark bruger i gennemsnit 104 l. vand om dagen. Denne leg skal give eleverne en oplevelse af, hvad det ville kræve at hente sit vandforbrug selv.

1. Eleverne inddeles i grupper af fire. Hver gruppe har en spand. De henter 10,4 liter vand i spanden.
2. En bane opmåles på 100 meter.
3. Grupperne dyster i stafet hvor hver elev skal frem og tilbage (200 m) på banen med hver deres spand.
4. Det er vigtigt "at hente vand" hurtigt, men ikke så hurtigt at man spilder det kostbare vand. For hver halve liter vand man mister får man lagt 30 sekunder til sin tid.

5. Snak efterfølgende med eleverne om det var hårdt at transportere 10,4 l. vand 200 m.? Hvor langt tænker de børn i verden kan gå efter vand?
6. Og hvor mange ture skulle de selv have gået i stafetten for at hente deres eget vandforbrug på en dag?

### *Anden Rent vand-stafet hedder / Spand på hovedet*

Eleverne har set på film, hvordan Fatoumata i Burkina Faso bærer vandet hjem på en balje på hovedet. Hun går op og ned af bakker og på små kringlede stier.

Nu er det elevernes opgave under svære vilkår at bære vand hjem på hovedet!

Eleverne skal forsøge at gå op af en bakke, med en spand vand på hovedet uden at kunne se noget.

1. Lim 2 spande sammen med Gaffa-tape, bund mod bund. Der laves min. 3 hold, som hver har et sæt sammen-tapede spande.
  2. Nu gælder det om at løbe stafet op og ned af en bakke, med den ene spand ned over hovedet, og vand i den øverste spand. Fyld spanden ca. 2/3. Eleverne må gerne holde på spandene med deres hænder,
  3. Man må have en fra sit hold ved sin side, der med ord må hjælpe med at styre personen med vandet på hovedet.
  4. Det gælder om at blive hurtigst færdig, men samtidig undgå at spilde alt vandet. Har man ikke lige en bakke, kan man i stedet løbe igennem en slalombane.
  5. Snak som en afslutning med eleverne om udfordringen med at skulle hente vand. Hvad er udfordringerne ved, at vandet ikke kommer ud af vandhanerne hjemme hos sig selv? Hvilke konsekvenser har det for mennesker, at vand ikke bare lige sådan at få fat på?
-

[note]

Dette læringsforløb har hentet inspiration UNESCO Associated Schools

Arbejdsark 1

Samme som i opgaven Vand i verden