

Rastaktiviteter, hur får vi till det?

Det finns olika faktorer som är viktiga att tänka utifrån när det gäller att få till meningsfulla, begripliga och positiva rastaktiviteter:

- Kartläggning av intresse - För att veta vad eleven tycker behöver vi göra en kartläggning av elevens intressen. Vad gillar han/hon att göra? Vad skulle eleven vilja testa? Vilka aktiviteter som finns med på kartlägningsbladet beror naturligtvis på var ni befinner er och vilka aktiviteter som är möjliga i er verksamhet.

Kartlägningsbladet är tänkt som underlag för samtal. Ofta när jag gör kartläggningar kommer eleven själv med egna idéer som vi kan lägga till. Det visuella sättet att förbereda eleven inför samtalet gör att han/hon hunnit tänka och är förberedd på vad vi ska samtala om och därmed kan förmedla sina egna åsikter.

- Information till eleven samt möjlighet att göra val - Nästa steg blir att använda kartläggningen för att planera in när det är möjligt att göra olika aktiviteter.

Här kommer några exempel på kartläggning av intresse samt informationsunderlag för att välja rastaktivitet.

Jag gillar att:

Stryk över det som stämmer för dig! 

rita

måla

färglägga

lösa korsord

sudoku

arbeta med lera

cernitlera

modellera

Annat pyssel, VAD? _____

bygga lego

byggmodeller

lägga pussel

läsa böcker

tidningar

serietidningar

Vilka? _____

Jag är intresserad av:

teknik

elektriska saker

experiment

Det här skulle jag vilja göra på rasten
eller
när jag arbetat klart

Stryk över hur du vill ha det! 



läsa faktaböcker



pyssla

se på DVD

lyssna på inlästa böcker

sitta vid dator/Internet

spela kula



rita/måla/färglägga



hoppa studsmatta

skriva berättelser

spela sällskapsspel



gå en promenad i skogen

sticka

lyssna på musik

hoppa rep



sy



virka

lägga pussel

spela kort

lösa korsord

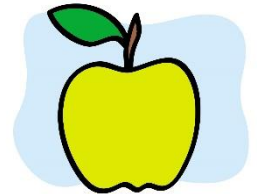
sudoku

Något annat, VAD?

Det här skulle jag vilja göra på rasten

eller

när jag arbetat klart



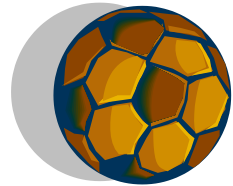
Något annat, VAD?



innebandy



spela kula



fotboll

**VÄLJA – på
lunchrasten**



spela spel



läsa



iPad

På lunchrasten kan du välja att:

vara i rasthörnan hos Sara och Karin

lyssna på musik

iPad

läsa

rita

spela Uno

spela kort

pyssla

spela Rumikub

Annat ?

vara med dina klasskamrater

i uppehållsrummet

på torget

gå en promenad (20 minuter)

runt kanalen

till bron

runt skolan

När jag arbetat färdigt kan jag välja vad jag vill göra.

LÄSA - i min tystläsningsbok

RITA - i ritboken

KORSORD (röd mapp)

STUDSMATTAN – 5 minuter

VÄLJA – i klassrummet

MÅLA- mina målarbilder (gul mapp)



FRUKTPAUS