



## Øvelse til digte

### Hvad betyder det at være i "flow" i undervisningen?

Gennemgå de 7 flowfremmende faktorer i klassen og få styr på, hvad flow er. Bagefter svarer I på spørgsmålene 1-4 hver for sig.



### 7 flowfremmende faktorer

- 1: Høj grad af indre motivation** (at man kan lide det, man laver)
- 2: Klare, konkrete og realistiske mål** (at aktiviteten har et tydeligt formål)
- 3: Noget på spil** (at aktiviteten føles vigtig og meningsfuld)
- 4: Feedback** (løbende og relevant tilbagemelding om, hvordan man klare sig)
- 5: Balance mellem udfordringer og kompetencer** (at man kan klare opgaven, når man gør sig umage)
- 6: Fjern distractioner** (undgå afbrydelser fra andre personer, mails, sms, snap osv)
- 7: Håndterbare, forståelige og præcise regler** (man ved nøjagtig, hvad man skal, og hvordan det skal foregå)

1. Hvor på figuren er du det meste af tiden i skolen?
2. Hvilke skoleaktiviteter kan du komme i flow ved?
3. Hvornår har du lettest ved at komme i flow?
4. Skriv i stikordsform om tre flowoplevelser, du har haft i din skoletid. Del af disse med en makker.

### Find et engelsk digt og sæt lyde til

Gå sammen i mindre grupper eller arbejd parvis.

Find et digt, som I godt kan lide. Det kan også være en sangtekst. Nu skal I sætte lyde til digtet. I må også gerne sætte bevægelser på og/eller mimik.

Hvis der fx står noget med vand, kan I lave vandlyde som bobler eller lyde som regn og blæst. Indgår der dyr i digtet, kan I lave dyrellyde. Er det om kærlighed, kan I fx lave kysse- eller sukkellyde.

De andre i klassen skal så prøve at gætte, hvad jeres digt handler om, ved at lytte til jeres lyde. Man må gerne grine sammen under denne øvelse, men uden at gøre nar.

NB! Øvelsen kan også gennemføres i faget tysk eller fransk.

