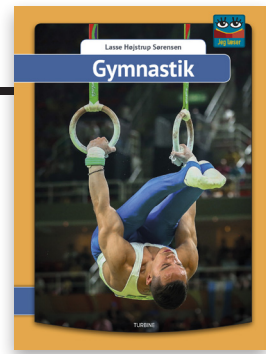


# Opgaver

---



## Gymnastik

### Før du læser

**Kig på forsiden.**

Fortæl om, hvad du kan se på billedet.

---

---

---

Bogens titel

---

Forfatter

---

Forlag

---

**Læs også bagsideteksten.**

Skriv sætningen færdig.

Når du hopper

---

## Opgaver

---

Hvilke andre ord kommer du til at tænke på, når du læser ordet gymnastik?

	<b>Gymnastik</b>	

På hvilken side findes indholdsfortegnelse?

---

Hvor mange kapitler er der i bogen? (Læs mere og Stikord er ikke et kapitel).

---

På hvilken side er Læs mere og Stikord?

---

## Opgaver

---

Hvilke tre kapitel-overskrifter ser mest spændende ud? Hvorfor?

---

---

---

### Mens du læser

Læs side 6 og 7, og fortæl om TeamGym.

Hvem er de? Hvad laver de? Hvad har de opnået?



---

---

---

---

---

---

---

Kohei Uchimura er en dygtig gymnast. Fortæl mindst tre vigtige fakta om ham.



---

---

---

---

---

---

---

## Opgaver

---

Hvad er rytmisk sportsgymnastik? Og hvilke slags redskaber kan man bruge? Tegn de fem redskaber. Og skriv, hvad de hedder. Hvis du ikke ved, hvordan de ser ud, kan du søge med søgeordet + "til gymnastik" på google, billeder. Eks.: "kølle til gymnastik".

---

---

--	--	--	--	--

---

---

---

### Læs side 12.

Hvad kan du fortælle om DGI's verdenshold?

---

---

---

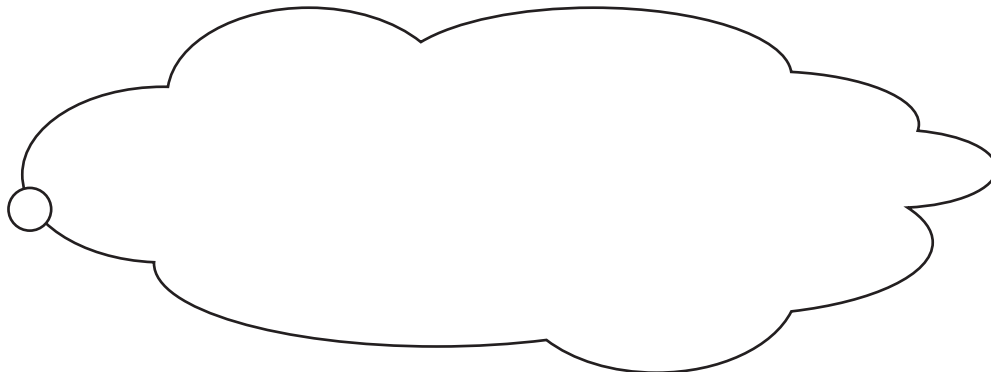
---

---

# Opgaver

---

Pigen er til gymnastikopvisning. Hvad tænker hun mon på?



*"Banen er 25 meter lang.  
Der skal laves fem eller otte spring.  
Det gælder om at lave svære spring og lande sikkert.  
Dommerne giver point."*

Hvad hedder den form for gymnastik?

---

---

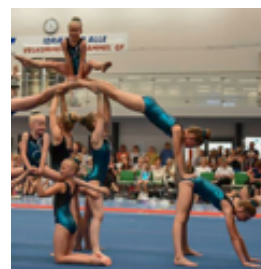
Hvad er DGI Camps?

---

---

*"Man løfter hinanden  
og står oven på hinanden.  
Det kræver en god balance."*

Hvad hedder den slags gymnastik? Og hvad betyder ordet?



---

---

---

---

## Opgaver

---

”Mange har en trampolin i haven.“  
Fortæl om, hvordan trampolin også er en slags gymnastik.



”Man kan også gå til sjipling i sin fritid.“  
Hvad hedder den sport, hvor man kan øve sig i at sjiplte hurtigt og lave tricks?  
Hvilket redskab bruger man?

*”Det gælder om at udfordre sig selv.  
Forsøge nye spring og være modig.  
Farten er også vigtig.  
Det gælder om at komme hurtigt fra et sted til et andet.”*

Hvad hedder den slags gymnastik? Hvor kan man dyrke den? Hvad skal man være god til?

# Opgaver

---

Udfyld rekordskemaet.

Flest OL-guld i gymnastik	
Sjipning	
Flest saltoer	

## Efter du har læst

Læs mere og Stikord.

Hvad er titlerne på de to bøger, hvor du kan læse mere om gymnastik?

---

---

**Stikord.**

På hvilke sider kan du læse om:

Akrobatik

---

Balance

---

Spring

---

# Opgaver

---

## Du kan vælge mellem to opgaver:

### 1. Akrobatens dagbog

Forestil dig, du går til akrobatik. Du skriver i din dagbog om en dag, hvor du har været til opvisning. Du skal højst skrive 250 ord.



#### Tips til din dagbog

- Et afsnit i en dagbog begynder med dato og år og måske tidspunkt på dagen.
- I en rigtig dagbog skriver man til sig selv, men i skolen kan det også være til en lærer eller noget, de andre i klassen gerne må læse.
- Hvis man skriver på computer, kan man skrive med bogstavtyper, der ligner håndskrift, så ser det mere personligt ud.

Man kan fx begynde sådan:

*Mandag den 4/8 kl. 20*

*Hej (eller kære) dagbog!!!*

### 2. En lille historie

Måske går du selv til gymnastik. Skriv en lille historie om, hvordan det er at gå til gymnastik. Historien skal højst fylde 250 ord.

#### Tips til din historie

1. Skriv i jeg-form. Tænk på, hvem du skriver til. Er det til din lærer eller dine kammerater? Eller måske til skolebladet?
2. Start med at fortælle, hvad det er for en slags gymnastik, du går til.
3. Hvor og hvor tit går du til gymnastik? Hvem går du sammen med? Hvad kan du særligt godt lide ved at gå til gymnastik?
4. Skal dit hold til opvisning?
5. Hvordan kom du til at gå til gymnastik? Hvor længe er det siden?
6. Vil du gerne blive ved med at gå til gymnastik?