

VINTERBINGO



Det är alltid lite roligt med olika utmaningar. Den här vinterbingon riktar sig till daghem, och de lägre skolklasserna. Den kan med fördel också göras i hemmet eller på eftermiddagsverksamheten.

Målet är att försöka få ihop så många rader lodrätt, vågrätt och kors som man hinner före vintern tar slut. Man kan göra utmaningen enskilt, i par, i grupp eller med en hel klass.

I vinterbingon vill vi lära dig att klä dig varmt och att få uppleva vinterns olika varianter från blöt slasksnö till sträng kyla med rimfrost

1. Jag har åkt skridskor 10 varv runt skridsko-planen.	2. Jag har gjort en snögubbe.	3. Jag har blåst såpbubblor i mer än 15 minusgrader.	4. Jag har gjort iskonst. Fyllt en mjölkburk med färgat vatten som frusit till is.
5. Jag har skidat.	6. Jag har gjort en snöängel.	7. Jag har gjort en snölykta.	8. Jag vet hur man klär sig varm på vintern genom lager på lager principen.
9. Jag har hållit mig varm utomhus genom att rulla på axlarna 10 ggr och gjort 20 st åkarbrador.	10. Jag har gjort en snökoja.	11. Jag har åkt pulka, 10 gånger ner- och uppför en backe.	12. Jag har sprungit i lössnö med höga knän.
13. Jag har kastat snöbollar (i prick och långt).	14. Jag har sprungit 2 min snöpuls.	15. Jag har gjort 5 st. kullerbyttor i snön.	16. Jag har gått på skaren, utan att plumsa ige-

Varje station är ett tema, som man kan ta upp som diskussion för att öka förståelsen och kunskapen om vintern.

1. Att åka skridskor kräver utrustning men också balans. Gör det på ett roligt och lekfullt sätt och ta gärna med t.ex. en boll till isen.
2. Att göra snögubbar går bara då det är blidväder och lös snö. Börja med att göra en lite snöboll som sedan sakta får växa, genom att man rullar den framåt.
3. När det är riktigt kallt blir såpbubblorna till fina isbollar. Prova så får du se men det behövs ordentlig kyla för det.
4. När det är kallt kan man ta en kvist eller något annat naturföremål och lägga in det i en tom mjölkburk och fylla den med vatten. Ställ ut burken och låt den frysa. Det blir en fin iskonst. Gör man fler kan man ha en utställning av is.
5. Skidåkning hör till vintern, men till det behövs det utrusning. Skida runt på gården och gör dina egna skidspår eller om du/ni har möjlighet så utnyttja det allmänna skidspåret.
6. Snöänglar är väldigt fina, men det gäller att ha nysnö och ett bra balans sinne för att kunna lägga sig ner och stiga upp så att ängeln blir kvar i snön.
7. Att göra en snölykta kräver tösnö och man får lätt också våta vantar. Men det blir fina konstverk och så kan man sätta in ett stearinljus, så lyser lyktan fint.
8. Att klä sig enligt lager på lager principen gör det lätt att sedan ta bort t.ex. ett klädlager om det blir för varmt eller lägga till ett lager om det blir kallt.
9. Ibland då det är riktigt kallt, måste man röra på sig för att hålla värmen uppe. Att snurra på axlarna och armarna hjälper och att krama sig om och om igen. Det gör du genom åkarbrador så att du kramar om dig med båda armarna och slår ut dem till sidorna och kramar om dig igen.
10. Då det kommit mycket snö och man hittar lämpliga snöhögar är det jätteroligt att göra snökojor och -slott. Ta en lämplig spade och designa din snöhög.
11. Det finns säkert någon liten backe i ditt närområde. Ta med en pulka att åka i, sedan är bara att gå upp igen för att åka några gånger till.
12. När det kommit härlig lössnö är det jätte roligt, svettigt och tungt att springa fram så att snön yr runt benen. Prova att springa en lång sträcka, så att du blir riktigt flåsig.
13. Att göra snöbollar och kasta dem är jätteroligt. Nu gäller det att pricka rätt. Försök pricka på ett träd eller stolpe, eller se dig omkring om det finns någon bra måltavla. Kom ändå ihåg att inte kasta snöbollar där andra människor är och på saker som kan gå sönder.
14. 2 minuter är en lång tid. Prova att springa med snön flygande runt benen i två minuter sk. snöpuls. Du kan göra ditt eget snöspår och löpa samma banan runt och runt.
15. Kullerbytta i snön. Dra upp luvan så att det inte kommer snö in vid nacken. Böj dig ner och sätt huvudet ner i den mjuka snön. Gör sedan en kullerbytta.
16. När det fryser igen, efter att det varit våt snö blir det skare. Försök hitta en skare som håller dig och där du kan gå fram. Den bästa skaren hittar man först på vårvintern.

Finlands Svenska Idrott önskar er rörelseglädje och en snörik vinter med mycket uteaktiviteter. För mer inspiration för utomhusaktiviteter under vintern besök på webbplats www.idrott.fi och www.skolidrott.fi.