

KVADRAT-TALLENE

- endnu en talrække, der er god at kunne!

FORSLAG TIL ARBEJDSGANG

- på smartboardet i klassen til gennemgang af forståelse
- 2-3 elever omkring en computer med denne fil på (og det kan med fordel tages som 3x10 minutter)
- på skift gennemgår de fra dias 17: siger alle tal også tallet/tallene i stedet for x'erne
- fire bevægelsessider – den sidste er et stræk.
- elever, der er hurtige kan gå videre i kvadratrødder

1

4

9

16

25

36

49

64

81

100

121

144

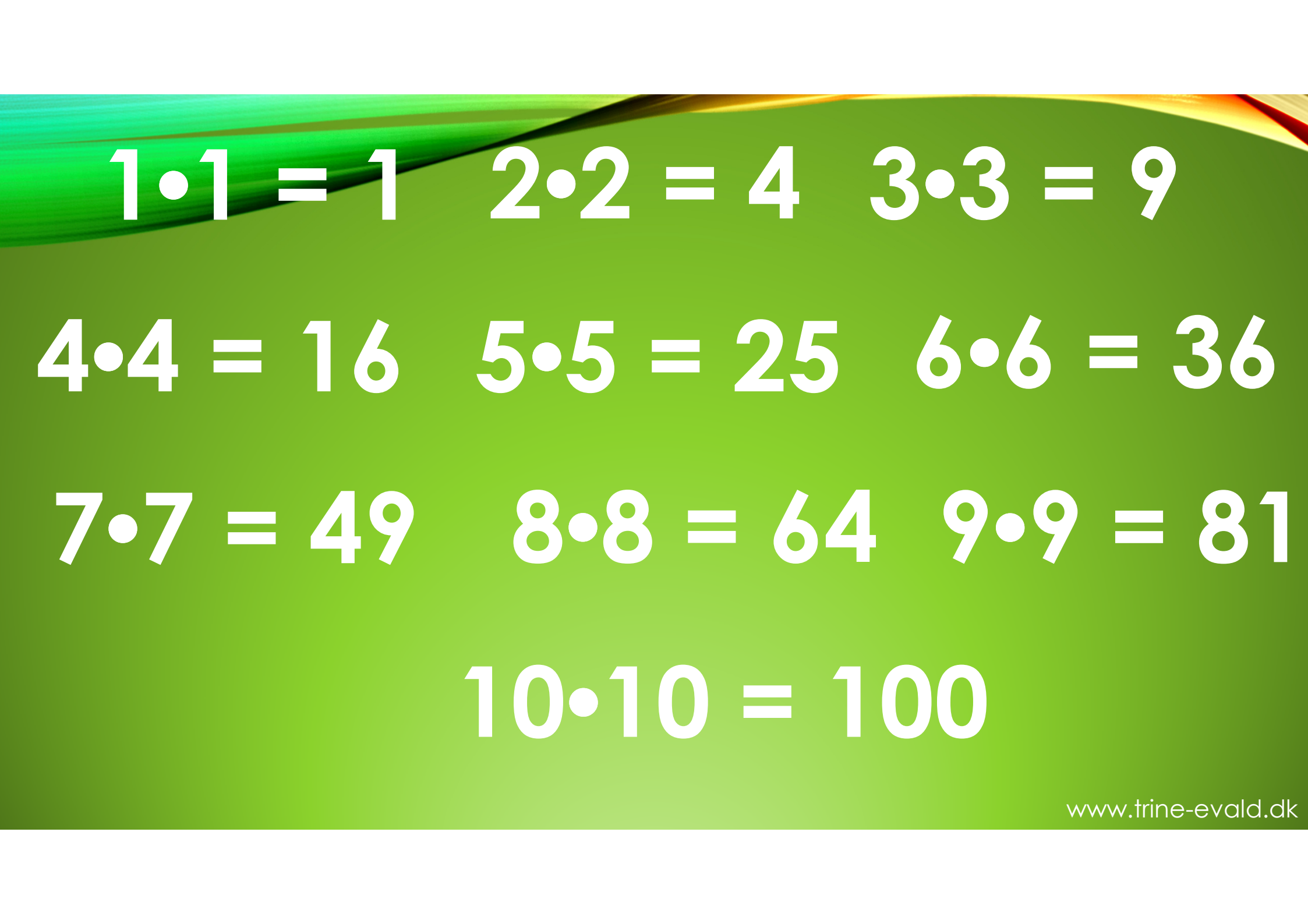
169

196

225



625


$$1 \cdot 1 = 1 \quad 2 \cdot 2 = 4 \quad 3 \cdot 3 = 9$$

$$4 \cdot 4 = 16 \quad 5 \cdot 5 = 25 \quad 6 \cdot 6 = 36$$

$$7 \cdot 7 = 49 \quad 8 \cdot 8 = 64 \quad 9 \cdot 9 = 81$$

$$10 \cdot 10 = 100$$

$$1^2 = 1$$

$$2^2 = 4$$

$$3^2 = 9$$

$$4^2 = 16$$

$$5^2 = 25$$

$$6^2 = 36$$

$$7^2 = 49$$

$$8^2 = 64$$

$$9^2 = 81$$

$$10^2 = 100$$

$$1^2 = 1$$

$$2^2 = 4$$

$$3^2 = 9$$

$$4^2 = 16$$

$$5^2 = 25$$

$$6^2 = 36$$

$$7^2 = 49$$

$$8^2 = 64$$

$$9^2 = 81$$

$$10^2 = 100$$

$$1^2 = 1$$

$$2^2 = 4$$

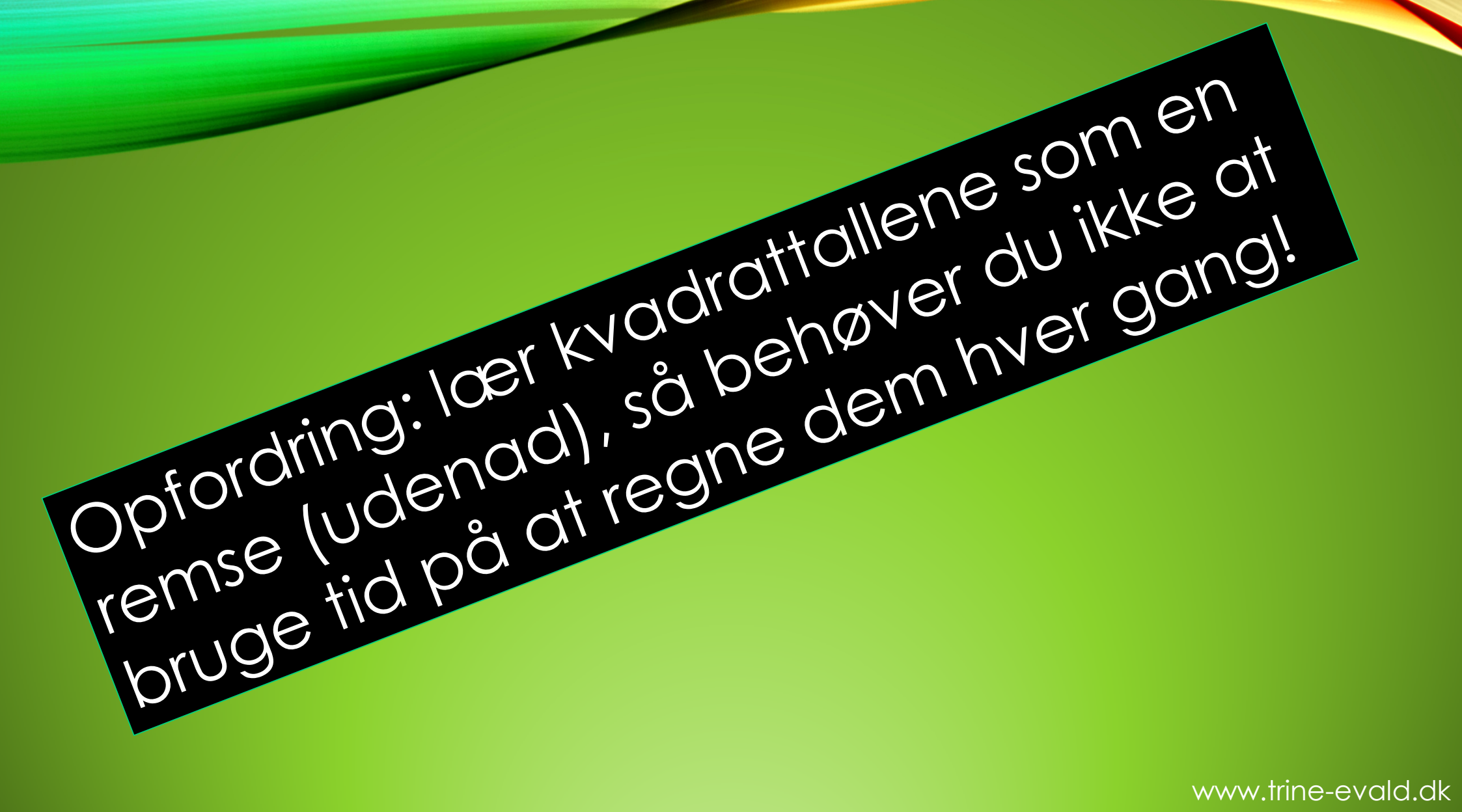
$$3^2 = 9$$

$$4^2 = 16$$

Alle disse (1 til 100) er en del af de almindelige tabeller. De næste 121 til 625 gennemgår vi metoder til at regne på de næste sider.

$$10^2 = 100$$

$$9^2 = 81$$



Opfordring: lær kvadrattallene som en remse (udenad), så behøver du ikke at bruge tid på at regne dem hver gang!

$$11^2 = 121$$

$$11 \cdot 11 = 121$$



$$10 \cdot 11 = 110$$

$$1 \cdot 11 = 11$$

$$121$$

$$12^2 = 144$$

$$12 \cdot 12 = 144$$



$$10 \cdot 12 = 120$$

$$2 \cdot 12 = 24$$

$$144$$

$$13^2 = 169$$

$$13 \cdot 13 = 169$$



$$10 \cdot 13 = 130$$

$$3 \cdot 13 = 39$$

169

$$14^2 = 196$$

$$14 \cdot 14 = 196$$



$$10 \cdot 14 = 140$$

$$4 \cdot 14 = 56$$

$$196$$

$$13^2 = 169$$


6 og 9 bytter plads, så har du det næste tal.

$$14^2 = 196$$

$$15^2 = 225$$

$$15 \cdot 15 = 225$$



$$10 \cdot 15 = 150$$

$$5 \cdot 15 = 75$$

$$225$$

10 • 15 og det
halve oveni !

$$25^2 = 625$$

$$25 \cdot 25 = 625$$


$$10 \cdot 25 = 250$$

$$10 \cdot 25 = 250$$

$$5 \cdot 25 = 125$$

$$625$$

1

4

9

16

25

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

X

9

16

25

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

X

16

25

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

X

4

9

16

25

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

Bevægelse



"Wall sit"

Sid op ad væggen i
20 sekunder

Undgå at knæet kommer
under 90 °

1

4

9

16

X

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

X

25

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

25

X

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

X

9

16

25

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

X

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

X

16

25

36

49

64

81

X

121

144

169

196

225



625

1

4

9

X

25

36

49

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

25

36

X

64

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

X

36

49

64

81

X

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

X

36

49

X

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

25

36

X

64

X

100

121

144

169

196

225



625

1

X

9

16

25

36

49

64

X

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

25

X

X

64

81

100

121

144

169

196

225



625

Bevægelse

"Leg rice"

Løft begge ben strakt.
Roligt op og ned.
15 stk.



Niveau 2: ben kun ned til
10 cm over gulv



1

4

9

X

25

X

49

64

X

100

121

144

169

196

225



625

X

4

9

16

25

36

X

64

81

X

121

144

169

196

225



625

1

4

X

16

25

X

49

X

81

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

16

X

36

49

X

81

X

121

144

169

196

225



625

1

X

9

16

25

36

X

64

X

100

121

144

169

196

225



625

1

X

9

16

25

36

X

64

X

100

121

144

169

196

225



625

1

4

9

X

25

X

49

64

81

X

121

144

169

196

225



625

1

X

9

16

X

36

X

64

81

X

121

144

169

196

225



625

1

4

X

16

X

36

49

X

81

X

121

144

169

196

225



625

1

4

X

16

X

X

49

X

81

100

121

144

169

196

225



625

1

X

X

16

25

36

X

64

X

100

121

144

169

196

225



625

1

4

X

16

25

X

49

X

X

100

121

144

169

196

225



625

Bevægelse

"Standing side crunch"

Højre albue til højre knæ
Venstre albue til venstre knæ

16 stk.



1

X

9

16

X

36

X

64

81

100

X

144

169

196

225



625

1

4

X

16

25

X

49

X

81

100

121

144

X

196

225



625

1

4

9

16

X

36

49

64

X

100

X

144

169

196

X



625

X

4

9

16

25

X

49

64

81

100

X

144

169

X

225



625

1

X

9

16

25

36

49

X

X

100

X

144

169

196

225



X

X

4

9

X

25

X

49

64

X

100

121

X

169

196

225



625

X

4

9

16

25

X

49

X

81

100

X

144

X

196

225



625

1

4

X

16

25

X

49

X

81

100

X

144

169

X

225



625

1

4

9

X

25

X

49

64

X

100

121

X

169

X

225



625

X

4

9

16

25

36

49

X

81

100

X

144

X

196

X



625

1

4

9

16

X

X

49

64

81

100

X

144

X

196

X



625

1

4

9

X

25

X

49

64

X

100

X

144

169

196

X

▶▶

625

Bevægelse



"standing quadricep stretch"

Stræk af lår. Hold i fod.

Hæl mod bagdel.

Knæ mod knæ.

Stræk i hoften.

15 sek. pr. ben.

1

X

9

X

X

36

X

X

81

100

121

X

169

X

225



X

X

4

9

X

25

X

49

64

X

100

X

144

X

X

225



X

1

X

X

16

25

X

X

X

X

100

X

X

169

X

X



X

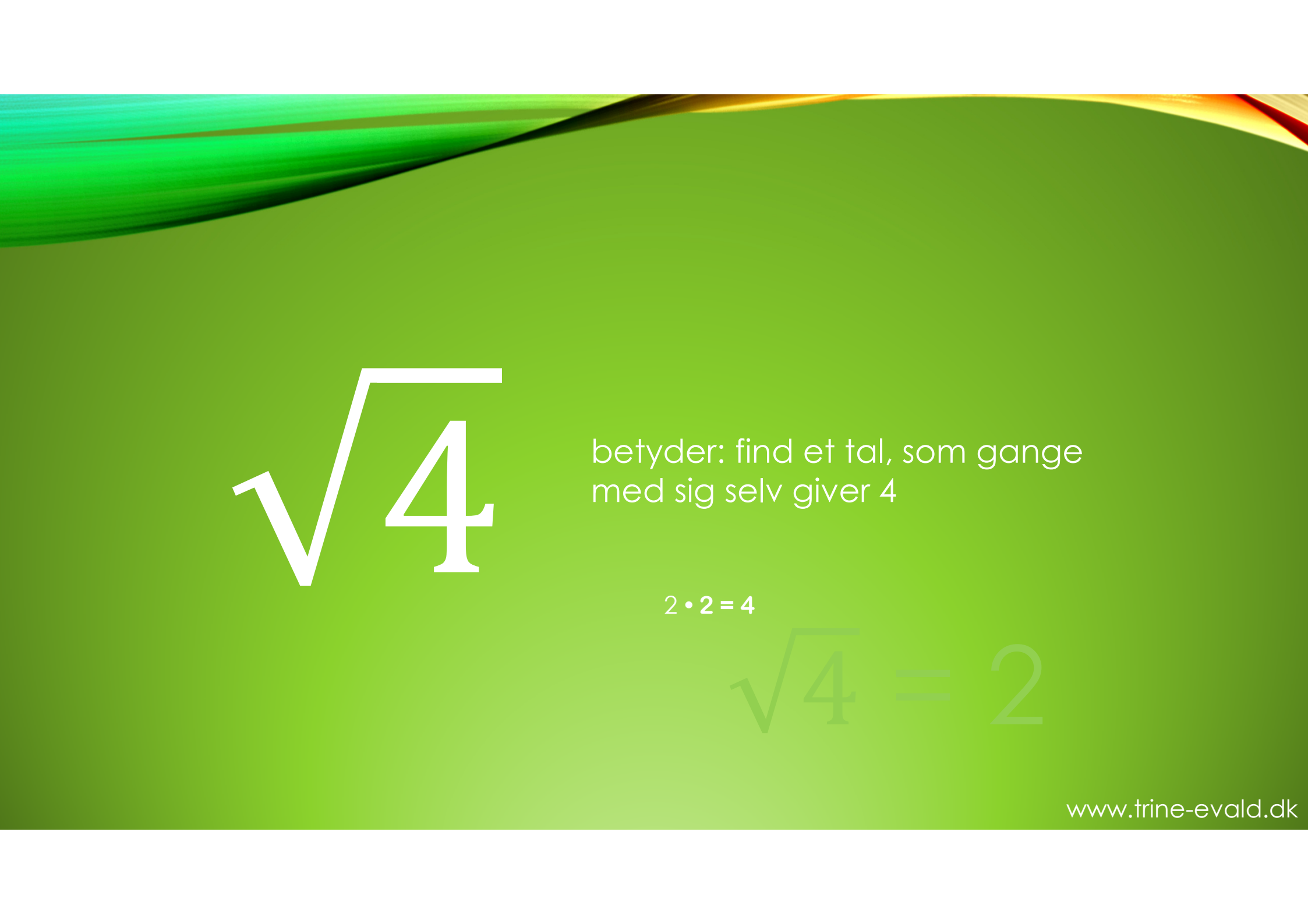
KVADRAT-ROD

- det modsatte af at opløfte i anden!


$$\sqrt{4}$$

siges: "kvadratroden af 4"

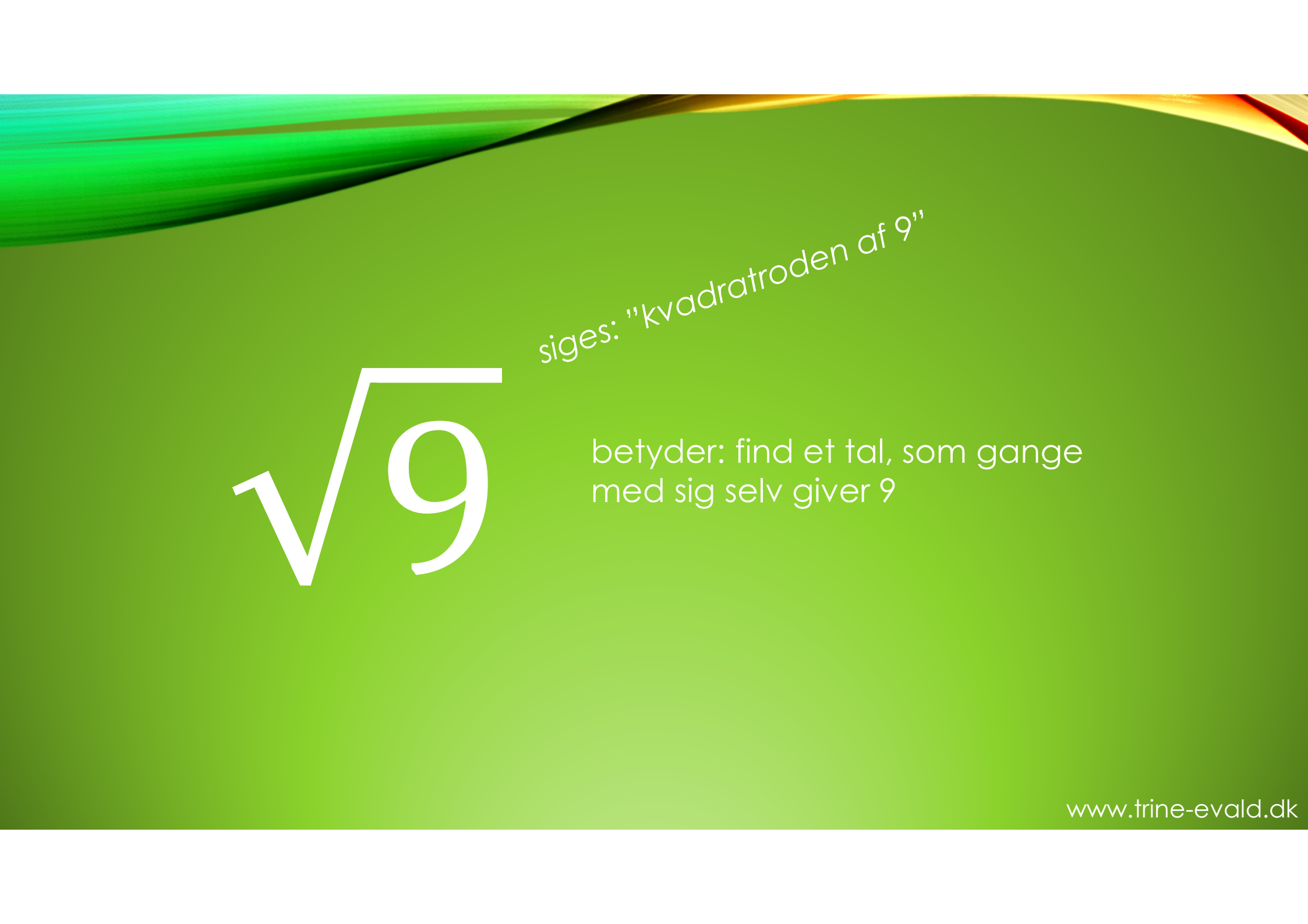
betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 4


$$\sqrt{4}$$

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 4

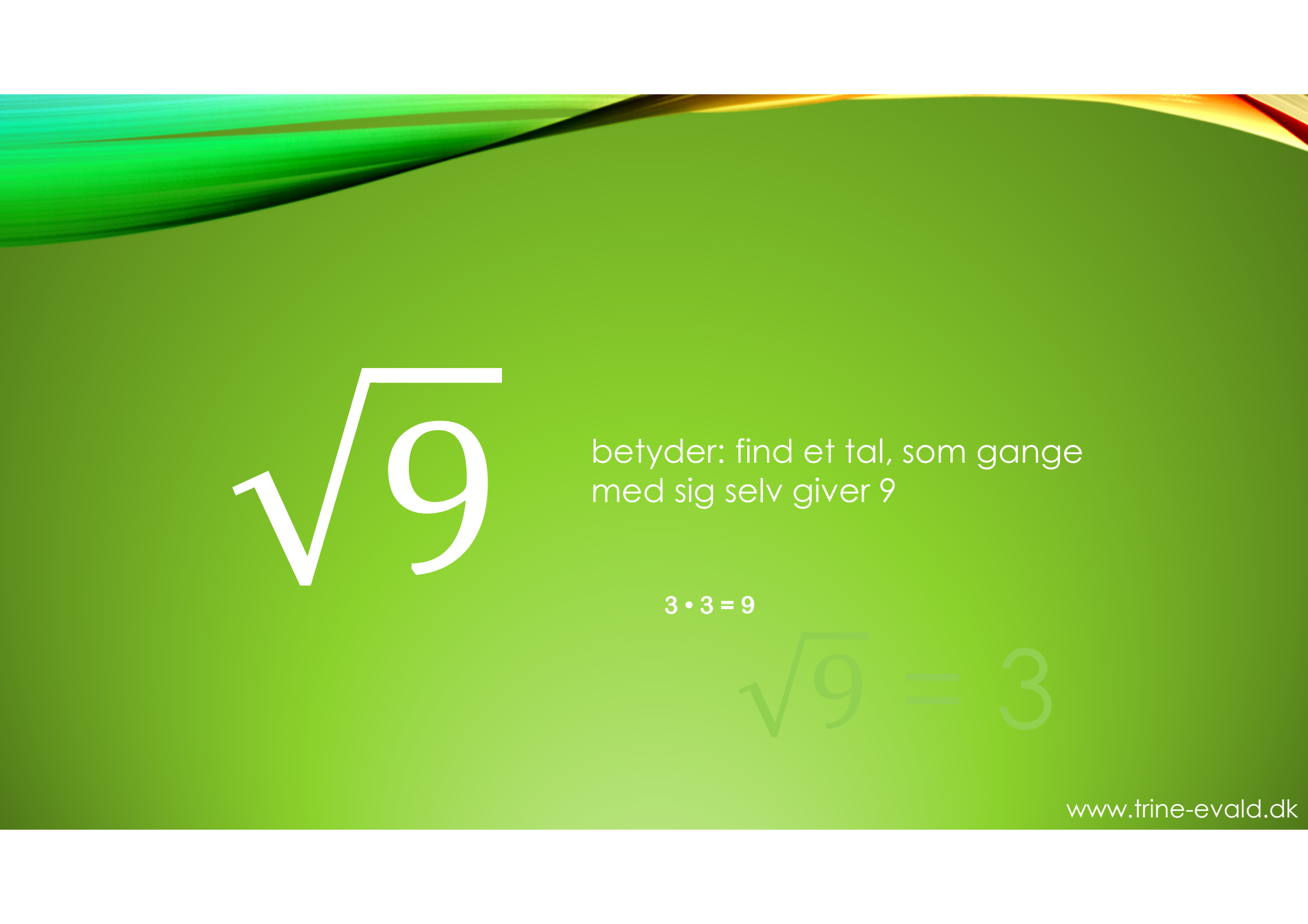
$$2 \cdot 2 = 4$$

$$\sqrt{4} = 2$$


$$\sqrt{9}$$

siges: "kvadratroden af 9"

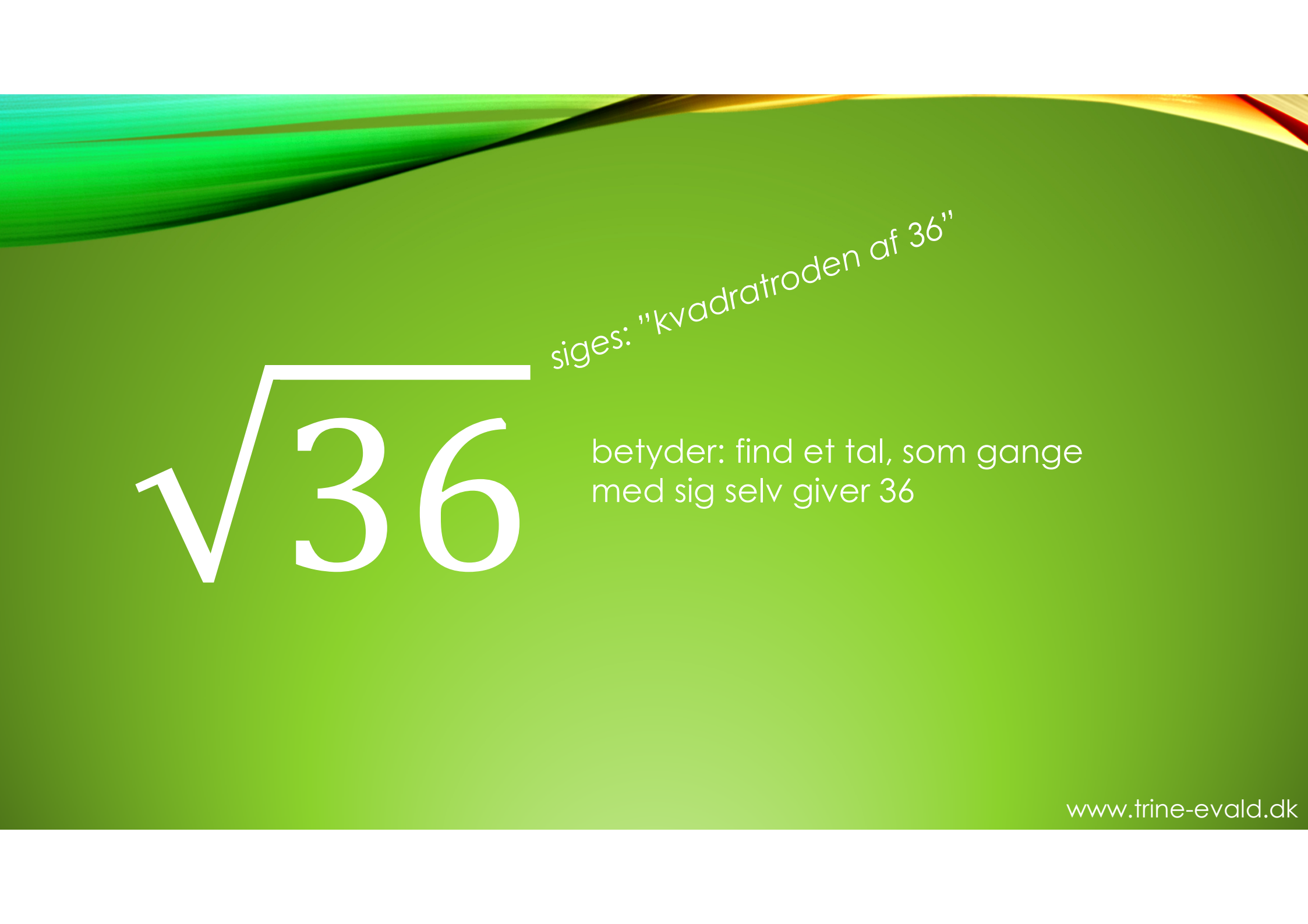
betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 9


$$\sqrt{9}$$

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 9

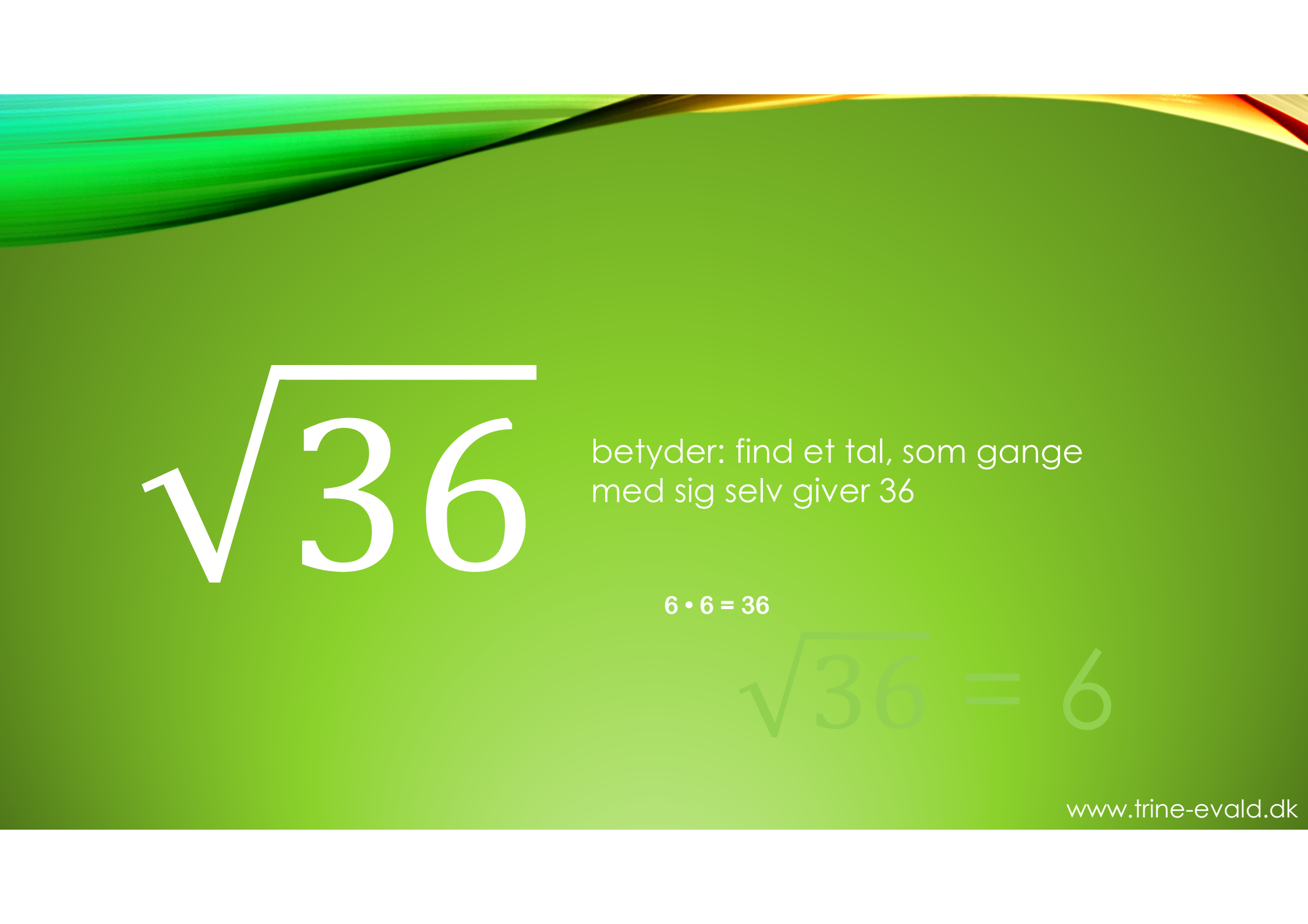
$$3 \cdot 3 = 9$$

$$\sqrt{9} = 3$$


$$\sqrt{36}$$

siges: "kvadratroden af 36"

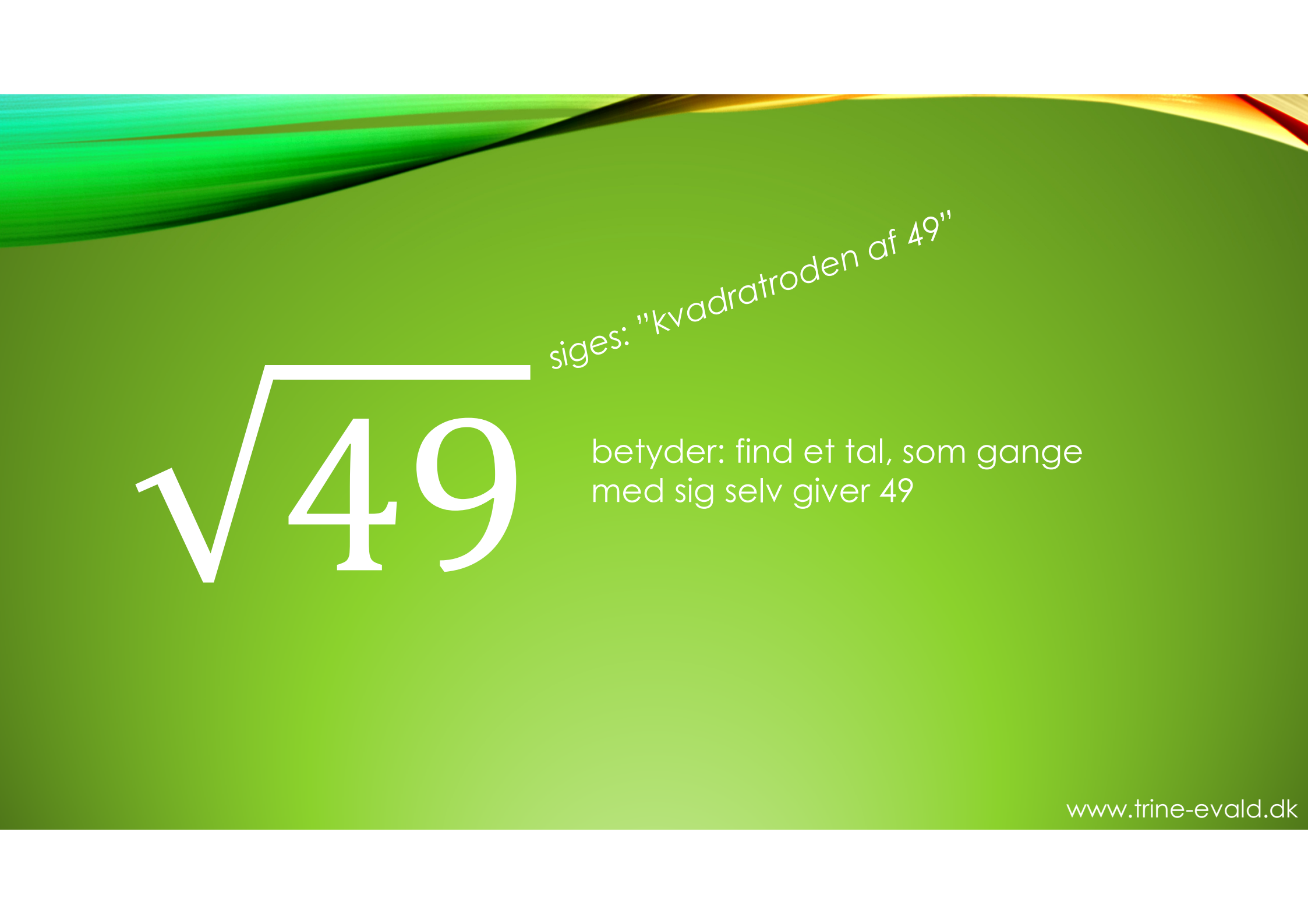
betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 36


$$\sqrt{36}$$

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 36

$$6 \cdot 6 = 36$$

$$\sqrt{36} = 6$$


$$\sqrt{49}$$

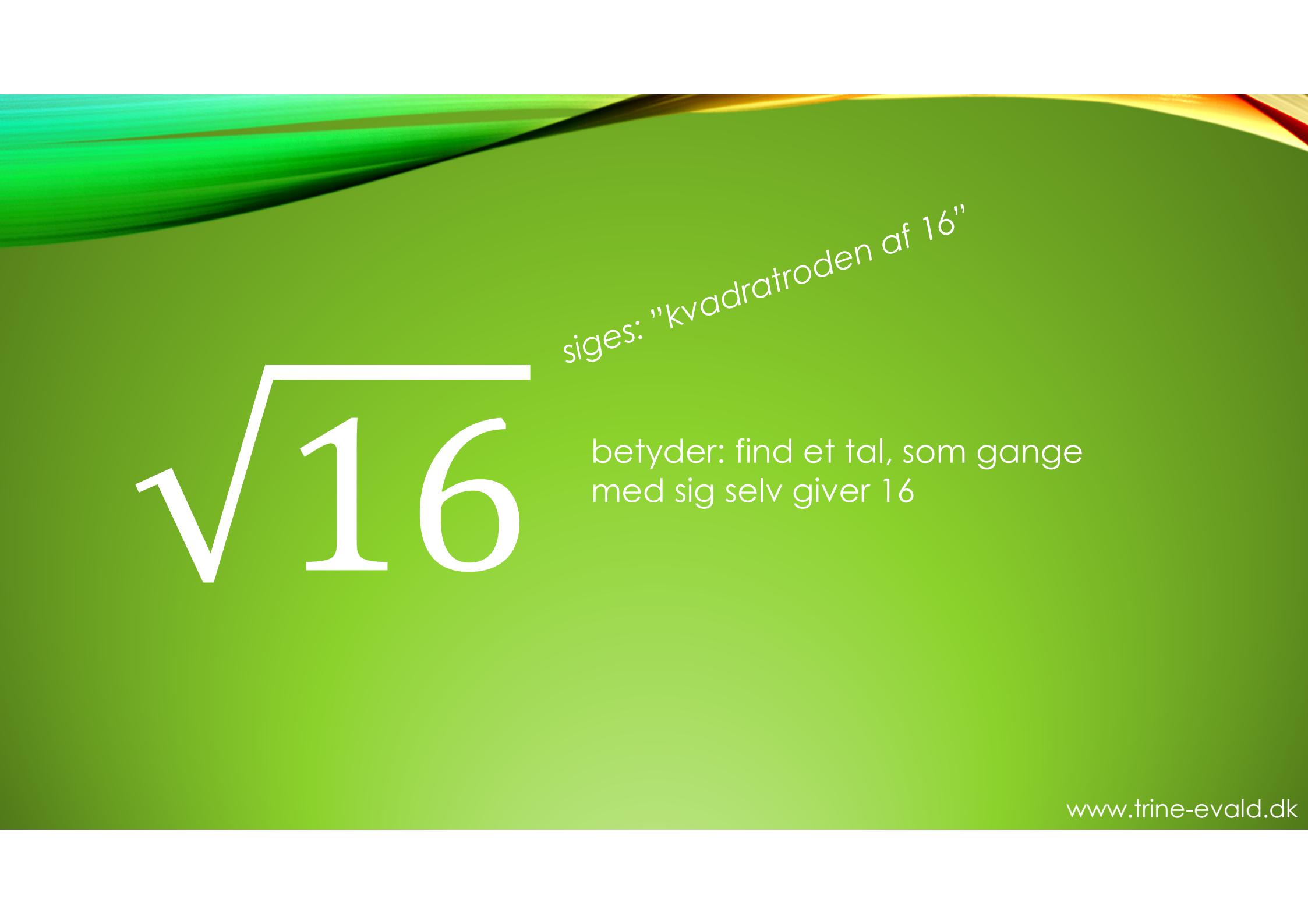
siges: "kvadratroden af 49"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 49


$$\sqrt{1}$$

siges: "kvadratroden af 1"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 1


$$\sqrt{16}$$

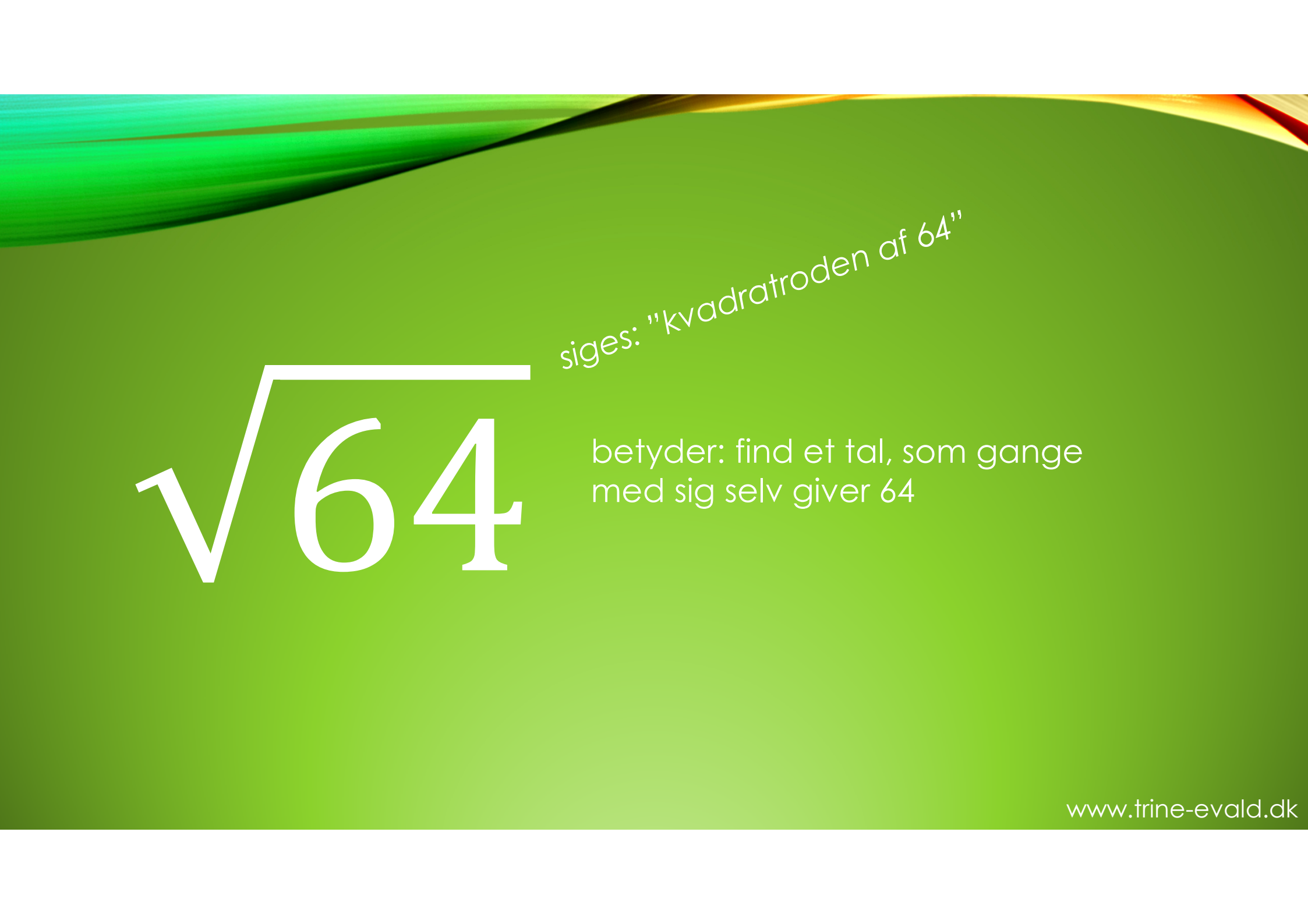
siges: "kvadratroden af 16"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 16


$$\sqrt{25}$$

siges: "kvadratroden af 25"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 25


$$\sqrt{64}$$

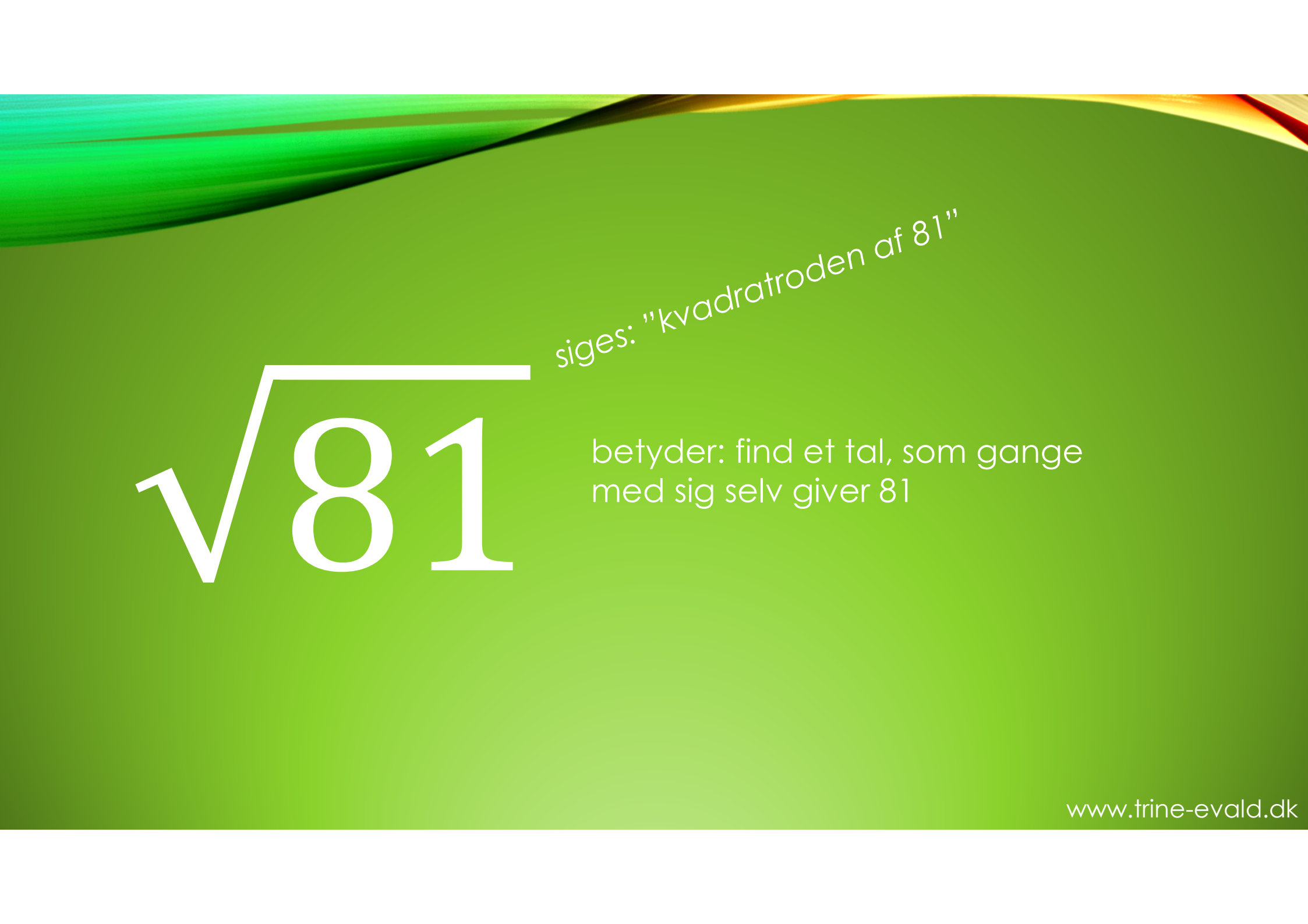
siges: "kvadratroden af 64"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 64


$$\sqrt{100}$$

siges: "kvadratroden af 100"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 100


$$\sqrt{81}$$

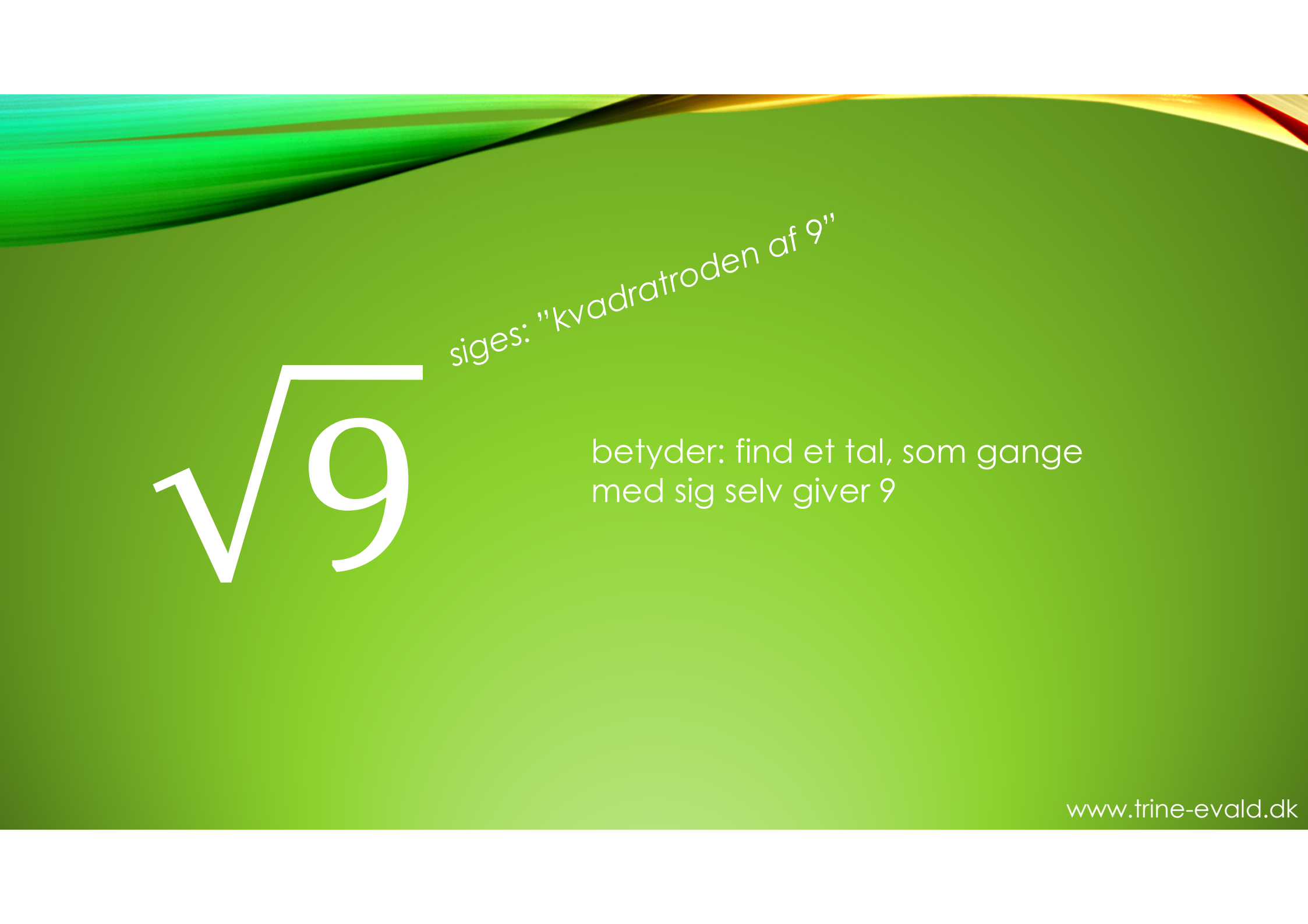
siges: "kvadratroden af 81"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 81


$$\sqrt{4}$$

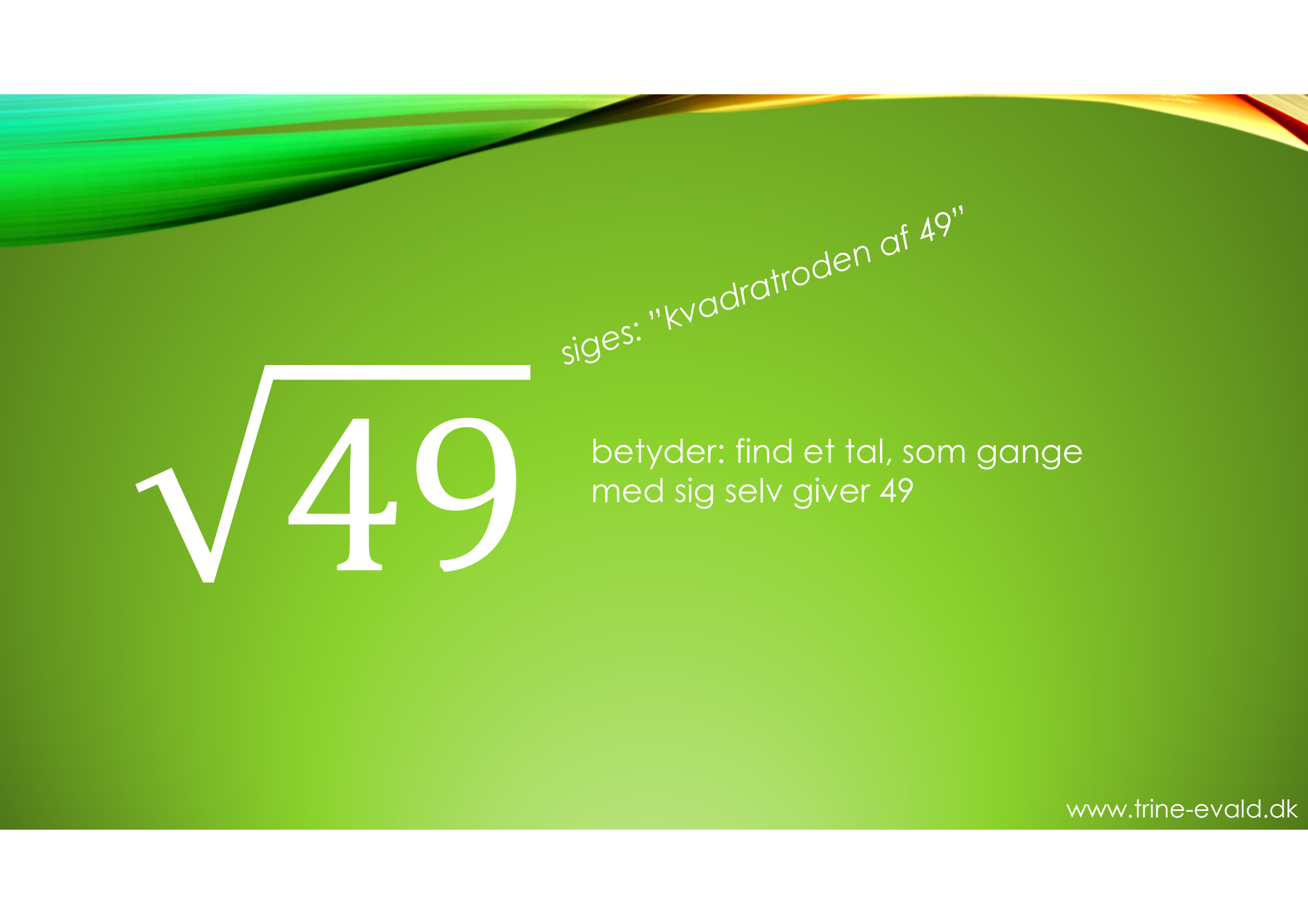
siges: "kvadratroden af 4"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 4


$$\sqrt{9}$$

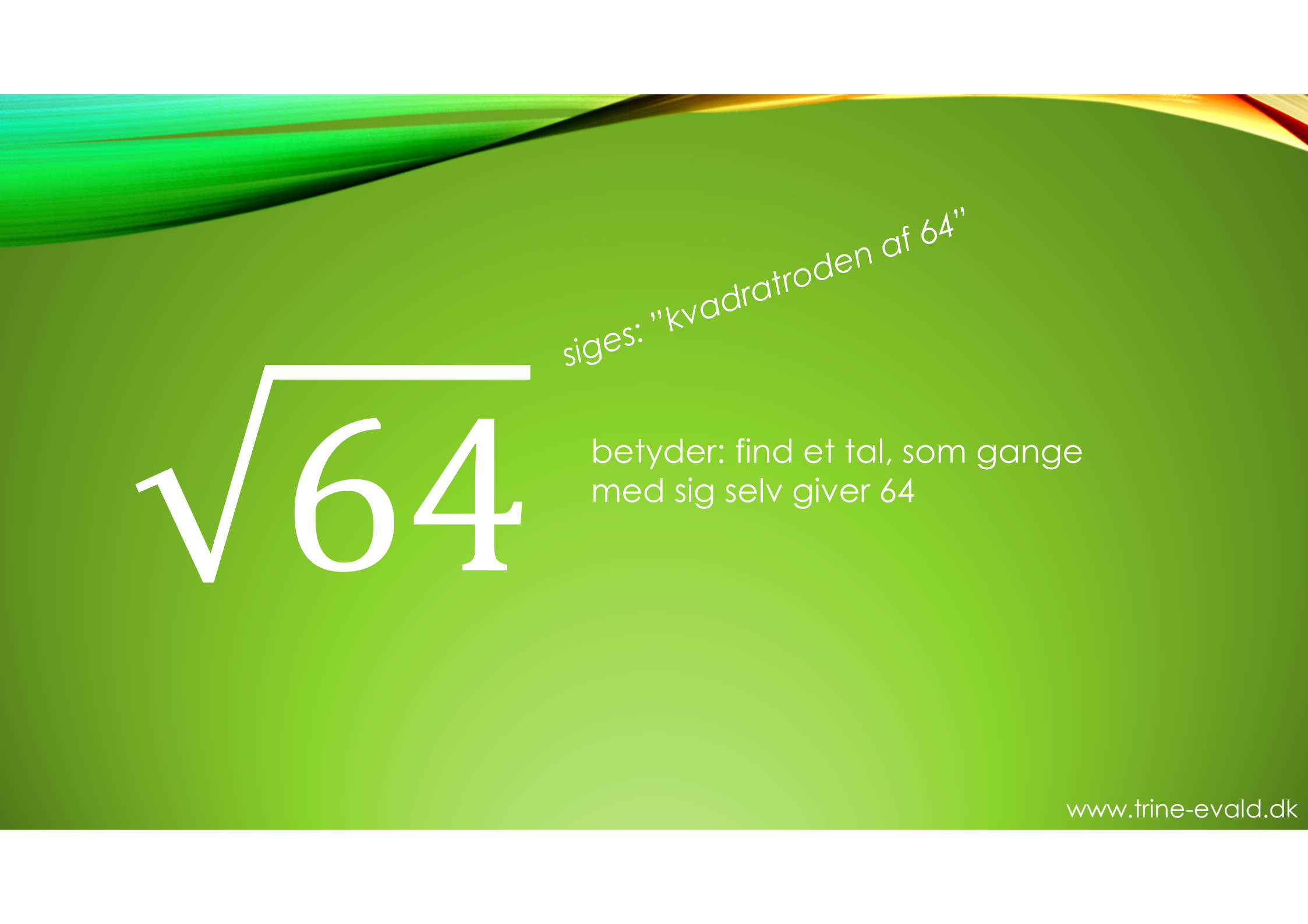
siges: "kvadratroden af 9"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 9


$$\sqrt{49}$$

siges: "kvadratroden af 49"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 49


$$\sqrt{64}$$

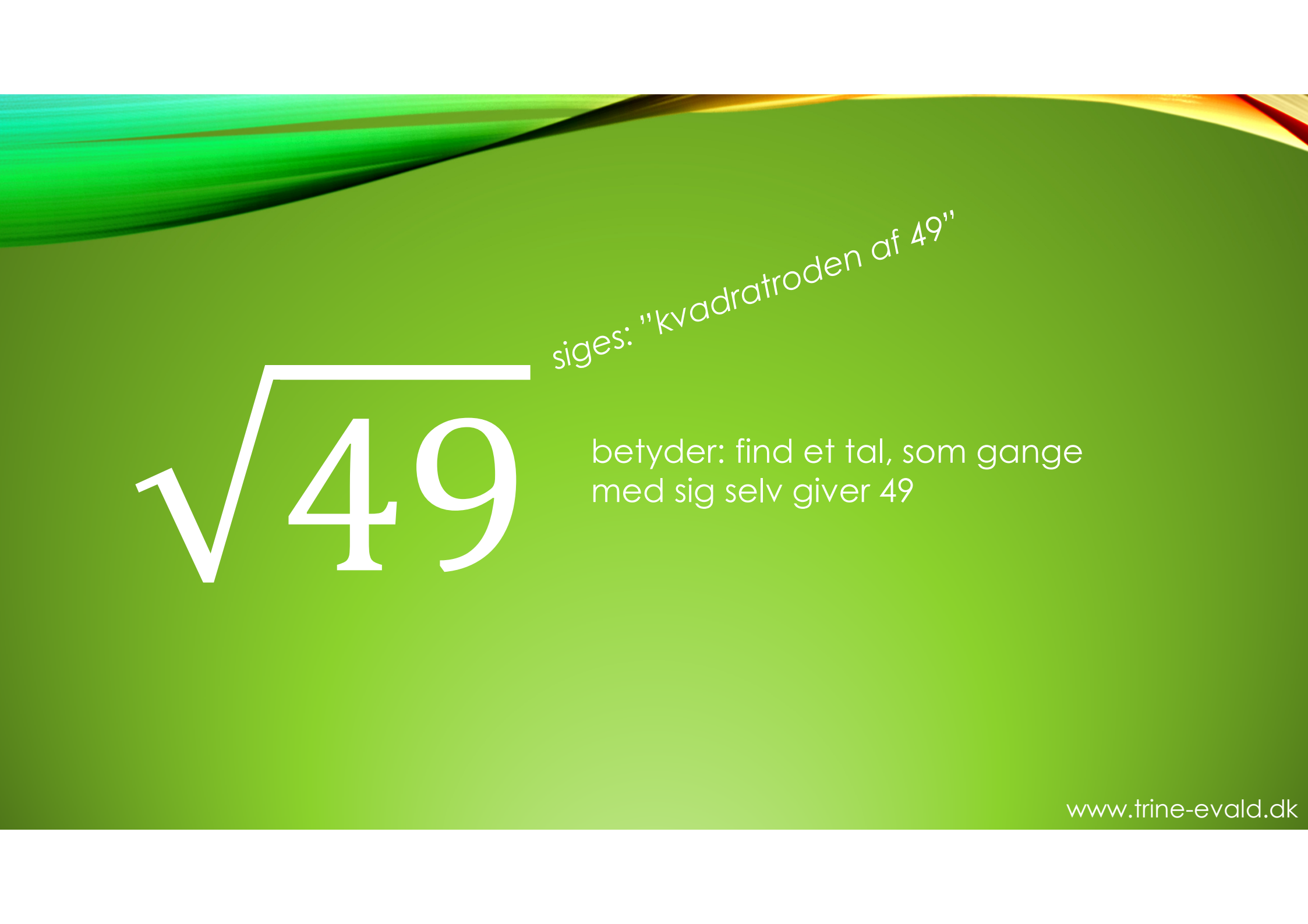
siges: "kvadratroden af 64"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 64


$$\sqrt{100}$$

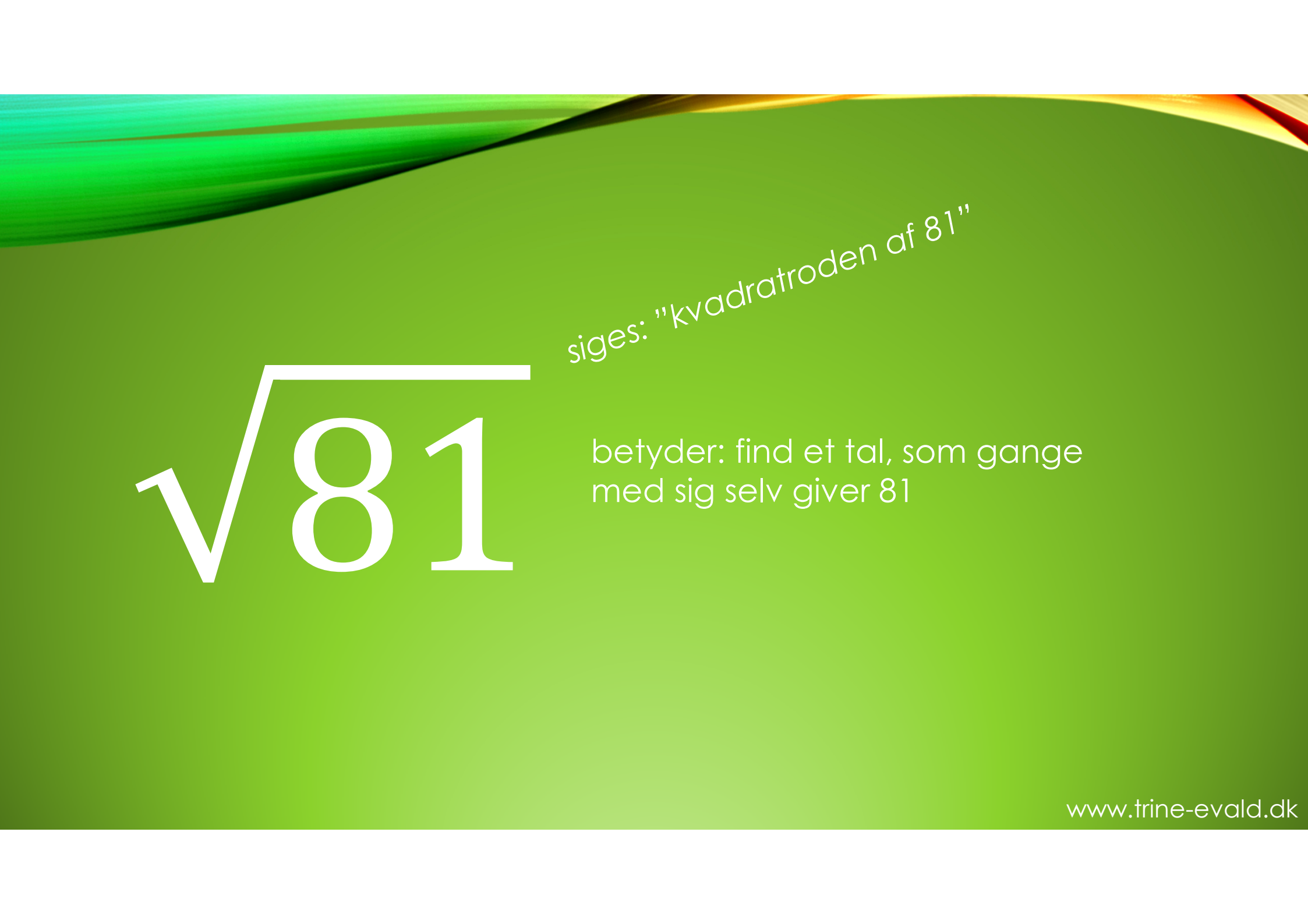
siges: "kvadratroden af 100"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 100


$$\sqrt{49}$$

siges: "kvadratroden af 49"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 49


$$\sqrt{81}$$

siges: "kvadratroden af 81"

betyder: find et tal, som gange
med sig selv giver 81

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{36} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{49} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{81} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{121} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{225} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{36} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{25} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{144} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{16} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{625} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{169} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{196} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{225} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{144} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{81} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{121} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{169} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{196} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{225} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{625} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{121} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{49} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{36} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{16} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.

Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{9} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.
Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{4} =$$

Læs opgaven højt og sig også svaret.
Et eksempel: "kvadratroden af 4 er 2"

$$\sqrt{1} =$$