

4-tabel

Del 1

Dias 1

"Terperi"

Forfatter & udgiver: trine-evald.dk

Guldhale
foto: trine-evald.dk



Mine Tanker Om (MTO) - en slags lærervejledning

Del 1 øver remsen (med fokus på hastighed og gerne rytme)

Del 2 øver gangestykkerne fra samme tabel.

Denne samling af filer er tænkt til pararbejde eller arbejde i en mindre gruppe. Samlingen er også velegnet til undervisning online. Jeg sætter gerne en tid på 10-15 min.

Alle 3 "bevægelser" er lagt ind på dias 3, så de er klar til lærerens gennemgang.

Eleverne starter fra dias 8 (i denne fil).

Indtil bevægelse 1 er det tænkt som niveau 1. Mellem bevægelse 1 og 2 er det tænkt som niveau 2. Mellem bevægelse 2 og 3 er det tænkt som niveau 3.

Bevægelse 3 har altid en kunstig hårfarve og den indeholder altid klap, så man kan høre, når eleverne nærmer sig slutningen. Opgaverne efter bevægelse 3 er tænkt som frivillige/for de hurtige og tænkt som intro til noget, der måske er lidt sværere.

Bemærk at der også er en del andet materiale på www.trine-evald.dk til tabeltræning fx; 10-minuttersopgaver, Quiz og Mix-GANGE, "find tabeltal" og "ikke tabeltal" (spilleplader) og pusletrekanter med gangestykker.

Til fælles gennemgang af bevægelserne

1



Squats 10 stk.

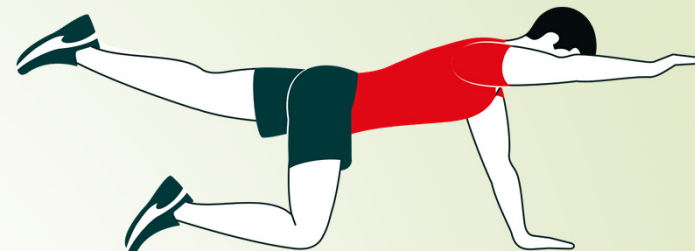
Dias 3

3



www.trine-evald.dk

2



"Bird – dog" 5 stk. med hver side

Venstre ben og højre arm løftes i vandret

Højre ben og venstre arm løftes i vandret



3 klappe-runder:

3 klap over hovedet

3 klap på venstre skulder med højre hånd

3 klap på højre skulder med venstre hånd

3 klap i hænder

3 klap på lår

.... forfra...

Intro

4 8 12 16 20

Dias 4

24 28 32 36 40

Intro

4 8 12 **16** 20

$4 \cdot 4$



Dias 5

24 28 32 36 40

Intro

4 8 12 **16** 20

$4 \cdot 4$

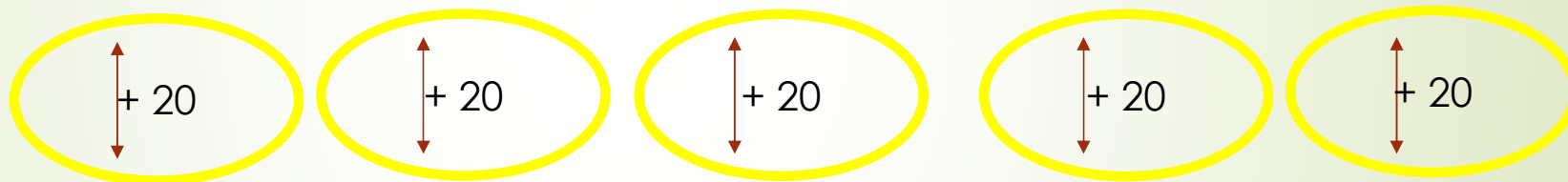
Dias 6

24 28 32 36 40

Intro

4 8 12 **16** 20

4 • 4



24 28 32 36 40

Dias 7

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 X 20

Dias 8

24 28 32 36 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 X 16 20

Dias 9

24 28 X 36 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 16 20

Dias 10

24 X 32 36 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 12 X 20

Dias 11

24 28 X 36 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 X 16 20

Dias 12

X 28 32 X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X 8 12 16 X

Dias 13

24 28 32 X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 16 20

Dias 14

24 28 X X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 12 X X

Dias 15

24 X 32 36 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 X 16 20

Dias 16

24 X 32 X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 12 X 20

Dias 17

X 28 32 36 X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 X 20

Dias 18

24 28 X 36 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X X 12 16 X

Dias 19

24 28 32 36 40

1

Dias 20

www.trine-evald.dk

Squats 10 stk.



Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X 8 12 X 20

Dias 21

24 X 32 36 X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 X 20

Dias 22

24 28 X 36 X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X 8 X 16 20

Dias 23

24 X 32 X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 X 20

Dias 24

X 28 X 36 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 X 16 20

Dias 25

24 X 32 X X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 12 16 20

Dias 26

X 28 X X X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 16 X

Dias 27

24 28 X X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X 8 X 16 X

Dias 28

X 28 32 X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 8 X X 20

Dias 29

24 X 32 X X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

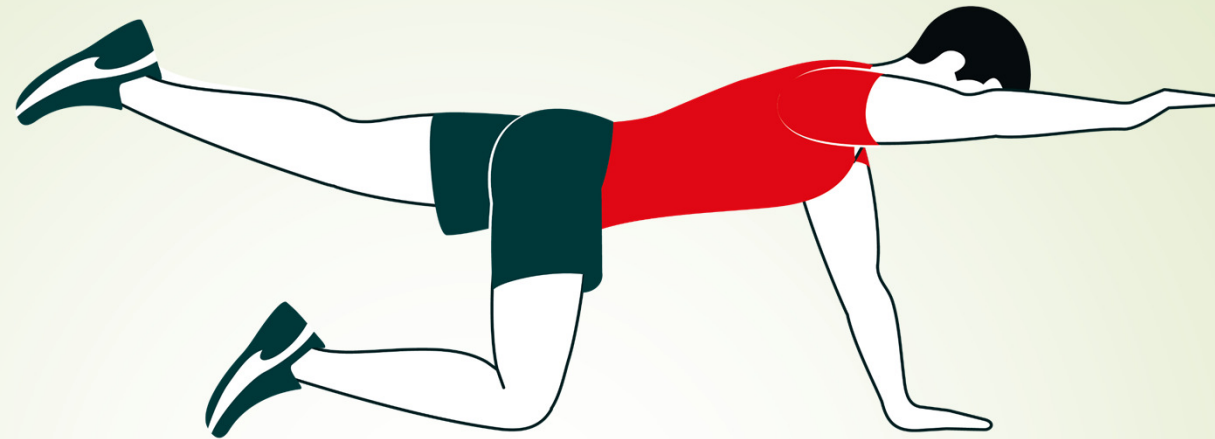
Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X 12 16 20

Dias 30

X 28 X X X

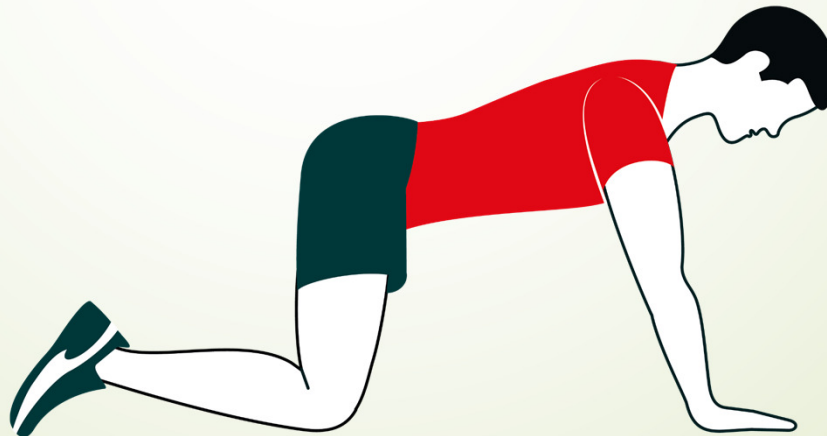
2



"Bird – dog" 5 stk. med hver side

Venstre ben og højre arm løftes i vandret
Højre ben og venstre arm løftes i vandret

Dias 31



Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X X 12 X 20

Dias 32

24 X X 36 X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X X 16 X

Dias 33

X 28 32 X X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X X 12 X 20

Dias 34

24 X 32 X X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

4 X X 16 X

Dias 35

X 28 32 X X

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X X 12 16 X

Dias 36

24 X X X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X 8 12 X 20

Dias 37

X X X X 40

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X X X 16 X

Dias 38

24 28 X 36 X

3

3 klappe-runder:

3 klap over hovedet

3 klap på venstre skulder med højre hånd

3 klap på højre skulder med venstre hånd

3 klap i hænder

3 klap på lår

.... forfra...

Dias 39



Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Læs et gangestykke og sig svaret

Læs det næste gangestykke op og sig svaret

..... Fortsæt til du har løst dem alle.

$$4 \cdot 2$$

$$4 \cdot 4$$

$$4 \cdot 7$$

$$5 \cdot 4$$

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Læs et gangestykke og sig svaret

Læs det næste gangestykke op og sig svaret

..... Fortsæt til du har løst dem alle.

$$4 \cdot 3$$

$$4 \cdot 8$$

$$4 \cdot 4$$

$$4 \cdot 9$$

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Læs et gangestykke og sig svaret

Læs det næste gangestykke op og sig svaret

..... Fortsæt til du har løst dem alle.

$$6 \cdot 4$$

$$4 \cdot 5$$

$$4 \cdot 8$$

$$4 \cdot 3$$

Elevopgave:

Sig dias nummer (hvis online)

Sig hele tabellen: også der hvor der står x på et tals plads

X

X

X

X

X

Dias 43

X

X

X

X

40

Elevopgave (fælles):

bonusinfo:

4 går op i et tal, når 4 går op i de to sidste cifre.

$92 = 40 + 40 + 12$ og 4 går op i 12

$2658 = 40 + 18$ og 4 går ikke op i 18

Går 4 op i:

49

54

66

78

82

93