

Outdoor MatLab:

## «Ballkontroll og poengregning»




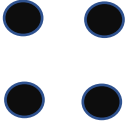

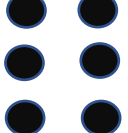
Se video: <https://youtu.be/YhC5zZTNYe4>

Elev 1: Spretter basketball i bakken. Skal hele tiden ha kontroll på ballen. Kan også bruke f.eks. bordtennisracket og bordtennisball → Kontroll på å sprette ballen på racketen.

Elev 2: Kaster terning og sier hvilken kroppsdel Elev 1 skal berøre bakken med. Har også kontroll på tiden.

Elev 1: Skal ved hoderegning holde kontroll på antall samlede poeng.

Hvem får flest poeng på to minutter? Finn ut: «Straff» for å miste kontroll på ballen. F.eks. reise seg opp og holde ballen på hodet i fem sekunder.

<b>Terningkast:</b>	<b>Kroppsdel som skal berøre bakken:</b> Samme som i demo-video.	<b>Poeng:</b> Samme som i demo-video
	<b>Høyre hånd</b>	<b>100</b>
	<b>Venstre hånd</b>	<b>80</b>
	<b>Høyre kne</b>	<b>150</b>
	<b>Venstre kne</b>	<b>130</b>
	<b>Høyre albue</b>	<b>200</b>
	<b>Venstre albue</b>	<b>180</b>

Tips: Involver gjerne en Elev 3 som har i oppgave å være kontrollør. Elev 3 skriver en fortløpende liste over terningkast/kroppsdel som berører bakken. Med utgangspunkt i denne listen kan man regne ut poengene på papir etter at Elev 1 har avsluttet den fysiske aktiviteten. Med denne varianten kan man også velge å droppe hoderegningselementet og velge å kun ha fokus på ryddig regning. Da kan man godt velge poeng som gir mer krevende tall å summere. Ønsker man fokus på hoderegning, velger man poeng som matcher elevenes nivå på dette feltet.

Bestem utfordring (kroppsdeler som skal berøre bakken eller noe annet) og poeng selv:

Terningkast:	Utfordring:	Poeng:
