

REFLEKSDAGEN

-Du og jeg skal skinne!

📍 For 1. trinn

🕒 Varighet: Ca. 120 minutter

🎯 Tema: Trygg trafikk

📅 Dato: 13.10.25 – 17.10.25

Hva er REFLEKSDAGEN?

Refleksdagen, - du og jeg skal skinne! er et ekstratilbud til alle førsteklassinger i Østfold fylkeskommune som har en skoleavtale med INSPIRIA. Dere skal få være med på refleksdemonstrasjon, reflekssang og refleksdans, i tillegg er det lagt opp til tid i utstillingene!

Det er viktig å vise barna hvorfor vi må bruke refleks når vi er ute og går eller leker i mørket. Vi samtaler om bruken av refleks og hvordan en refleks virker. Alle får utdelt en refleksvest som de kan ta med seg hjem til eget bruk.

Det beste er at elever og lærere er godt forberedt når de kommer til INSPIRIA, og vi oppfordrer lærerne til aktivt å ta del i opplegget sammen med elevene.

Ved å utføre for- og etterarbeidet til refleksdagene vil elevenes læringsutbytte økes, og lærerne vil kunne benytte aktivitetene som et verktøy til å nå konkrete mål i kunnskapsløftet. Vi oppfordrer derfor alle til å gjøre for- og etterarbeidet som du finner i denne lærerveiledningen

Forarbeid

1. Reflekssang

Øv på vår reflekssang! Når barna kommer til INSPIRIA på selveste Refleksdagen, vil vi synge den sammen. Da er det veldig fint om elevene kjenner litt til sangen fra før. Lydfilen finner du ved å søke «Du skinner» på Spotify. Vi gleder oss til å synge med dere!

DU SKINNER

Vokal og Tekst: Thor Erling Gulbrandsen

Melodi: Thor Erling Gulbrandsen og Vegard Skau Hansen

Ta på reflekser og bli sett
Og se deg i mørke blir så lett
Stjerner som lyser rett og slett
Å bruke reflekser det er rett

Ref.

Når vi skal ut å gå
Vi tar reflekser på
Ja, alle store, små
For vi skal skinne nå
Når man kjører i bilen på en vei
Og kan se no som blinker foran seg
Da svinger man unna, deg og meg
Og vi smiler og vinker til et hei

Ref.

Instrumental
(Gjenta del 1, og avslutt med 2 ref.)

Ref.

Når vi skal ut å gå
Vi tar reflekser på
Ja, alle store, små
For vi skal skinne nå

2. Refleksjakten

Gjennom flere år har vi sett at veldig mange har reflekser hjemme, men glemmer å finne de frem og bruke dem. Refleksjakten går ut på å finne flest mulig reflekser hjemme hos seg selv. Alle elevene skal lete i skap, skuffer og på klær/ytterjakker. Hver elev teller antall reflekser som de finner og tar med det antallet tilbake til skolen. Lek litt med tallene de fant. Hvem fant flest reflekser i klassen? Hvor mange reflekser fant klassen til sammen? Fant de så mange reflekser som det er lærere på skolen? Fant de så mange reflekser som det er elever på SFO? Fant de så mange reflekser som det er elever på skolen?

Etterarbeid

1. Refleksjakten fortsetter

Alle de refleksene elevene fant i hjemmet skal nå finne sin plass. Når de kommer hjem etter refleksdagen, er det fint at de oppfordres til å sette refleksene de fant i forarbeidet på yttertøyet til familien hjemme.

2. Besøk Trygg Trafikk sine hjemmesider

På Trygg Trafikk sine hjemmesider er det flere fine aktiviteter man kan gjøre som forarbeid eller etterarbeid.

<https://www.barnastrafikklubb.no/refleksdagen-for-skole/>

3. Innendørs refleksdemonstrasjon

Bruk en mørk korridor, gymsal eller et klasserom. La elevene bruke lommelykter og lyse på forskjellige gjenstander. De kan lyse på mørke og lyse klær. Ulike typer refleks, ny og gammel refleks. Andre materialer som kan testes er aluminiumsfolie, metall, speil, glitter, skilt, nødutganger, refleksveststoff og annet reflekterende og ikke-reflekterende materiale.