

Kort introduktion til  
**POSTELØB med SPROG I BEVÆGELSE**

i anledning af

**SKOLERNES MOTIONS DAG**  
eller en anden dag med plads til bevægelse



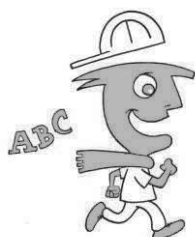
Kære lærere og/eller post-ansvarlige!

Dette løb er konstrueret til 5 poster, som alle skal bemandedes med min. 1 voksen – det kan være en lærer, pædagog eller studerende (eller for den sags skyld en ansvarlig elev fra udskolingens).

På hver post skal der være **1 stk. A4-ark** med spørgsmål og svar **til hvert klassetrin** fra 0. – 6. kl.  
**= 7 ark i alt.**

For at gøre det hele lettere anbefaler jeg, at I printer arkene i 7 forskellige farver, så hvert klassetrin har sin egen farve på hver post. Det gør det nemmere at få fat i det rigtige ark, når eleverne kommer spurtende hen til jer og opgiver deres klassetrin.

Antallet af spørgsmål varierer fra klasse til klasse, da de nok ikke løber lige mange omgange. Spørgsmålene med nr. 1 svarer altså til 1. runde osv.



**0.+1. kl. har 2 spørgsmål**  
**2.+3. kl. har 3 spørgsmål**  
**4.+5.+6. kl. har hele 5 spørgsmål**

→ **på hver post.**

I planlægger jeres rute, så eleverne møder 5 poster på deres vej. Ved hver post skal de stoppe op ganske kort, få vejret og besvare et enkelt spørgsmål, før de fortsætter. Løber de flere gange, skal de så blot ha' det næste spørgsmål, når I ses igen (de skal nok minde jer om, hvor langt de er!) Fra min hånd er der udelukkende lagt op til lidt faglig udfordring og opmuntring på deres vej, men er der stemning for point og hold-/klasse-konkurrencer, skal I være så hjertelig velkomne til at bygge det med ind i aktiviteten.

I beslutter på forhånd, om det er en obligatorisk aktivitet, eller om man godt bare må koncentrere sig om sit løb. Står I med en elev, hvor I kan se, at spørgsmålet er for svært, justerer I naturligvis bare lidt eller finder et andet til dem.

Opgaverne indeholder varieret stavning, grammatik og hygge-spørgsmål på hvert trin. Alle skulle derfor gerne kunne få en god oplevelse ud af 'terpe' dansk på denne lidt anderledes måde.

**Jeg håber, I får en skøn dag med godt vejr, masser af skridt og højt humør 😊**

**Merete Løvgreen/Sproggren**

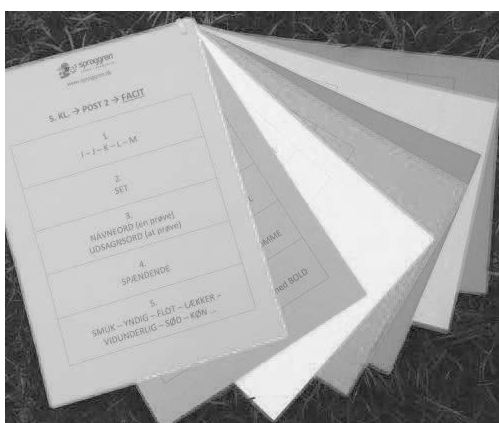
Print gerne arkene i én farve for hvert klassetrin,  
og sørg for at få opgaver og facit på hver side af samme A4-ark:



Sæt de færdige ark til hver post sammen med en strip,  
så de ikke blæser væk:



Når bagsiden af opgavearket = facit,  
kan det gå hurtigere med at få eleverne igennem



## 0. KL. → POST 1 → OPGAVER

1.

Nævn en vokal og en konsonant

2.

Stav til MOR eller FAR

## 0. KL. → POST 1 → FACIT

1.

(måske hjælper det at kalde vokaler for  
'de røde' og konsonanter for 'de blå')

2.

M-O-R eller F-A-R

## 0. KL. → POST 2 → OPGAVER

1.

Lav et eller flere ord ud af SORØ  
(du må godt bytte rundt på bogstaverne)

2.

Syng alfabet-sangen!

## 0. KL. → POST 2 → FACIT

1.

OS – SO – SØ – RO – ØS – ROS

2.

Bare nyd det ;o)

## 0. KL. → POST 3 → OPGAVER

1.

Fortæl, hvilket bogstav dit navn starter med

2.

Lav et O med dine fingre

(hele holdet må gerne lave et kæmpe O sammen)

## 0. KL. → POST 3 → FACIT

1.

Svært for os at svare på ;o)

2.

0



## 0. KL. → POST 4 → OPGAVER

1.

Lav et V med din krop

2.

Fortæl, hvilket bogstaver SKOLE starter med

## 0. KL. → POST 4 → FACIT

1.

V

2.

S

## 0. KL. → POST 5 → OPGAVER

1.

Fortæl, hvad der er  
det sidste bogstav i alfabetet  
(og måske også, om det er en vokal eller konsonant)

2.

Stav til IS og fortæl,  
hvilken is du bedst ka' li'

## 0. KL. → POST 5 → FACIT

1.

Å – en vokal

2.

I-S

## 1. KL. → POST 1 → OPGAVER

1.

Sig et pigenavn og et drengenavn,  
der begynder med S

2.

Nævn de første 3 konsonanter i alfabetet

## 1. KL. → POST 1 → FACIT

1.

SUSANNE – SIMONE – SARA – SANNE – SOFIE ...  
SØREN – SIMON – STIG – SIGURD – SVEND...

2.

B – C – D

## 1. KL. → POST 2 → OPGAVER

1.

Fortæl, hvilke 2 konsonanter  
ordet STOP starter med

2.

Fortæl, hvilke bogstaver der er med i ordet  
KAT

## 1. KL. → POST 2 → FACIT

1.  
ST

2.  
K – A – T



## 1. KL. → POST 3 → OPGAVER

1.

Snur 3 gange rundt om dig selv,  
mens du siger lyden for bogstavet U

2.

Stav til ordet IS og fortæl,  
hvilken smag du bedst kan li' ;o)



## 1. KL. → POST 4 → OPGAVER

1.

Lav mindst 2 nye ord ud af ordet TASKE  
(du må godt bytte rundt på bogstaverne)

2.

Nævn de næste 3 bogstaver i alfabetet efter  
H – I – J...

## 1. KL. → POST 4 → FACIT

1.

TAK – SKE – ES – AT – KAT – ET – SE – SET – SAT

2.

K – L – M

## 1. KL. → POST 5 → OPGAVER

1.

Lav et W med din krop eller dine fingre

2.

Hvilke 2 bogstaver kommer før T i alfabetet

## 1. KL. → POST 5 → FACIT

1.  
W

2.  
R – S

## 2. KL. → POST 1 → OPGAVER

1.

Sig de 3 sidste bogstaver i alfabetet

2.

Hvor mange stavelser er der i ordet  
SKOLEGÅRD?

3.

Stav til et navn på  
en af dine klassekammerater

## 2. KL. → POST 1 → FACIT

1.

Æ – Ø – Å

2.

3 stavelser = SKO-LE-GÅRD

3.

Du holder blot øje med stavemåden ;o)



## 2. KL. → POST 2 → OPGAVER

1.

Fortæl, hvor mange bogstaver,  
der er i alfabetet

2.

Lav mindst 2 nye ord ud af ordet SØKO  
(du må godt bytte rundt på bogstaverne)

3.

Hvordan staver man til tallet 8?

## 2. KLASSE → POST 2 → FACIT

1.

(29, når vi tæller W med, men vi synger om 28)

2.

SØ – KO – OK – SKO – KØ – SOK – OS – OKS – ØS

3.

O-T-T-E

## 2. KL. → POST 3 → OPGAVER

1.

Sig 3 ord, der rimer på AND

2.

Hvilket bogstav kommer før V i alfabetet?

3.

Hvor mange vokaler er der  
i ordet HUND?

## 2. KL. → POST 3 → FACIT

1.

MAND – SAND – TAND – VAND – LAND...

2.

U

3.

1 vokal

## 2. KL. → POST 4 → OPGAVER

1.

Nævn mindst 3 konsonanter

2.

Sæt et eller to bogstaver foran ÅL  
og lav et nyt ord

3.

Sig et ord med 2 stavelser

## 2. KL. → POST 4 → FACIT

1.

B – C – D – F – G – H – J – K – L – M – N –  
P – Q – R – S – T – V – W – X – Z

2.

BÅL – KÅL – MÅL – SÅL – TÅL – STÅL – SKÅL

3.

Du skal bare tælle ;o)

## 2. KL. → POST 5 → OPGAVER

1.

Nævn et bogstav, der rimer på 'E'

2.

Sæt en vokal ind på den tomme plads af R\_D  
og lav et nyt ord (gerne flere, hvis du kan)

## 2. KL. → POST 5 → FACIT

1.

B – C – D – G – P – T – V – W

2.

RAD – RED – RID – ROD – RUD – RYD –  
RÆD – RØD – RÅD



### 3. KL. → POST 1 → OPGAVER

1.

Lav så mange nye ord, du kan ud af ordet  
HEJSA

2.

Sig denne sætning så hurtigt du kan:  
'Fisker Frits fisker friske fisk'

3.

Hvad skal man altid huske, når man skriver  
navne på byer, lande og personer?

### 3. KL. → POST 1 → FACIT

1.

HEJ – SEJ – EJ – JA – HA – AH – AE – SE – ES –  
HAJ – JAS

2.

'Fisker Frits fisker friske fisk'

3.

At skrive ordet med stort begyndelsesbogstav

### 3. KL. → POST 2 → OPGAVER

1.

Hvad er stammen af AT CYKLE?

2.

Fortæl, om ordet HEST er lydret/lydrigtigt?  
(dvs. lyder alle bogstaverne, som de staves?)

3.

Hvad hedder JEG SPØRGER i datid?  
(I går sp... jeg)

### 3. KL. → POST 2 → FACIT

1.  
CYKL

2.  
Nej, det er ikke lydret, fordi E lyder som Æ

3.  
JEG SPURGTE

### 3. KL. → POST 3 → OPGAVER

1.

Nævn de første 3 vokaler i alfabetet

2.

Fortæl, hvor mange konsonanter der kommer  
før vokalen i ordet STRAM

3.

Hvad hedder ordet FLAG i flertal?  
(Jeg ser 2 f... ?)

### 3. KL. → POST 3 → FACIT

1.

A – E – I

3.

3 konsonanter

3.

Flere FLAG

(ændrer sig ikke i ubestemt flertal)

### 3. KL. → POST 4 → OPGAVER

1.

Vis bogstavet M med din/jeres krop(pe)

2.

Nævn mindst 5 konsonanter

3.

Nævn mindst 3 bogstaver, der rimer på 'E'

### 3. KL. → POST 4 → FACIT

1.

(bare spændende at se, hvad de finder på ;o)

2.

B – C – D – F – G – H – J – K – L – M – N –  
P – Q – R – S – T – V – W – X – Z

3.

B – C – D – G – P – T – V – W



### 3. KL. → POST 5 → OPGAVER

1.

Hvad betyder udtrykket:  
'Jeg hænger lidt med næbbet'

2.

Snur 3 gange rundt om dig selv, mens du siger  
eller synger alfabetet, så hurtigt du kan

3.

Fortæl, hvilket bogstav ordet HÅND ender på

### 3. KL. → POST 5 → FACIT

1.

At man er lidt nede/ked af det

2.

Hele alfabetet

3.

D (som er stumt)

## 4. KL. → POST 1 → OPGAVER

1.

Nævn 3 TILLÆGSORD, der starter med S

2.

Sig disse ord så hurtigt, du kan:  
'Bløde, blege bøgeblade'

3.

Hvad sker der, når du gør ordet  
ET HOP bestemt?

4.

Sæt disse 3 ord i alfabetisk rækkefølge:  
STOL – SKUR – SJASK

5.

Hvad kan drille, når du skal stave til  
HEMMELIG?

## 4. KL. → POST 1 → FACIT

1.

SØD – SMUK – SMART – SUND – SÆR – SLANK –  
SKRAP – SORT – SÆRLIG – STOR – SLEM...

2.

'Bløde, blege bøgeblade'

3.

HOPPET – kendeordet ET ryger om bagved,  
og ordet får dobbeltkonsonant = PP

4.

SJASK – SKUR – STOL

5.

Det første E lyder som Æ, der er dobbelt M,  
og G er stumt

## 4. KL. → POST 2 → OPGAVER

1.

Lav mindst 3 ord ud fra dette:  
VASKEKLUD

2.

Hvad kan gøre ordet VENDESPIL  
svært at stave?

3.

Nævn 3 NAVNEORD, der starter med L

4.

Nævn mindst 2 ord, der rimer på LOMME

5.

Lav mindst 3 sammensatte ord med BOLD

## 4. KL. → POST 2 → FACIT

1.

VASK(E) – KLUD – UD – DA – KLASK(E) – DUKKE –  
SUK – SUKKE – SKE – SE – DE – LUD – SLUD – KULD –  
DU – DUK ...

2.

Det første E lyder som Æ, D er stumt  
og I lyder som E

3.

LEGETØJ – LÅR – LAM – LANSE – LASTBIL – LAB  
– LEDNING – LÅN – LOMME – LÆRER – LUP ...

4.

BLOMME – TOMME – VOMME – OMME –  
GOMME ...

5.

FODBOLD – BOLDSPIL – BOLDTRÆ – BOLDLEGE  
– HÅNDBOLD – BOLDØJE...

## 4. KL. → POST 3 → OPGAVER

1.

Hvad er den rigtige stavemåde her:  
'De spillede POKKER/POKER hele natten'

2.

Hvad er den rigtige stavemåde her:  
'Jeg SMØRE/SMØRER selv min madpakke'

3.

Bøj LILLE i 2. og 3. grad

4.

Lav mindst 3 ord ud fra dette:  
BORDTENNIS

5.

Hvad hedder den lange tillægsmåde af  
AT HOLDE

**4. KL. → POST 3 → FACIT**

1.

'De spillede POKER hele natten'

2.

'Jeg SMØRER selv min madpakke' (nutids-r)

3.

2. grad: MINDRE – 3. grad: MINDST

4.

BORD – ORD – ROD – BOD – TENNIS – TEN – EN  
– DEN – DET – REDE – REDT – IS – RIS – TIS ...

5.

HOLDENDE



## 4. KL. → POST 4 → OPGAVER

1.

Hvad er stammen af AT SMADRE?

2.

Nævn 5 UDSAGNSORD, der fortæller om jobs

3.

Hvad hedder JEG RÅBER i datid?

4.

Lav mindst 3 ord ud fra dette:  
ÅLERUSER

5.

Hvad hedder MÆLKETAND i ubestemt flertal?  
(flere m...)

## 4. KL. → POST 4 → FACIT

1.

SMADR

2.

AT MALE – PROGRAMMERE – SÆLGE – SKRIVE –  
FOTOGRAFERE – BAGE – SERVERE – KØRE..

3.

JEG RÅBTE

4.

ÅL – LÅ – LÅR – RUS – SUR – SER – ER – LER –  
ÅRE – ÅR – SÅR – SÅL – LÅS – LER – URE ...

5.

FLERE MÆLKETÆNDER

## 4. KL. → POST 5 → OPGAVER

1.

Nævn mindst 3 ord,  
der starter med et stumt H

2.

Hvilken ordklasse er RINGE?  
(måske flere?)

3.

Nævn mindst 3 ord, der betyder det modsatte  
af GLAD

4.

Hvad er navnemåden af GJORT?  
(begynd med AT G...)

5.

Lav mindst 3 ord ud fra dette:  
FLASKEPOST

## 4. KL. → POST 5 → FACIT

1.

HVOR – HVORDAN – HVEM – HVORFOR – HVIS  
– HVILKET – HVID – HVILE – HJEM – HJUL ...

2.

NAVNEORD (flere ringe) - UDSAGNSORD  
(at ringe) – TILLÆGSORD (et ringe mål)

3.

SUR – IRRITERET – GAL – VRED – KNOTTEN –  
GNAVEN – ARRIG – VRISSEN ...

4.

AT GØRE

5.

FLASKE – SKE – POST – POSE – PAS – KLAT –  
FLAKSE – SOL – STOL – SKAT – FLOT – TO ...

## 5. KL. → POST 1 → OPGAVER

1.

Hvad hedder 'AT FLYVE' i datid?  
(i går f... jeg)

2.

Stav til ordet (mange) 'LÆRERE'

3.

Nævn så mange ordklasser, du kan

4.

Nævn nogle ord, der altid skal skrives  
med stort forbogstav

5.

Hvad hedder denne form af et udsagnsord:  
SPURTENDE

## 5. KL. → POST 1 → FACIT

1.  
FLØJ

2.  
LÆRERE

3.  
navneord – udsagnsord – tillægsord – forholdsord –  
stedord – egennavne – kendeord – talord –  
bindeord – udråbsord – biord

4.  
Navne, byer, lande, gader, foreninger, klubber,  
titler... (ordklassen hedder EGENNAVNE)

5.  
Lang tillægsmåde/tillægsform

## 5. KL. → POST 2 → OPGAVER

1.

Nævn de 5 bogstaver,  
der kommer efter H i alfabetet

2.

Hvad hedder 'AT SE' i kort tillægsmåde?  
(jeg har/havde s.. ?)

3.

Hvilken ordklasse er ordet PRØVE  
(måske flere?)

4.

Stav til 'SPÆNDENDE'

5.

Nævn mindst 2 ord, der betyder  
det modsatte af GRIM

## 5. KL. → POST 2 → FACIT

1.

I – J – K – L – M

2.

SET

3.

NAVNEORD (en prøve)  
UDSAGNSORD (at prøve)

4.

SPÆNDENDE

5.

SMUK – YNDIG – FLOT – LÆKKER –  
VIDUNDERLIG – SØD – KØN ...



## 5. KL. → POST 3 → OPGAVER

1.

Hvad er den rigtige endelse her:  
'De kom DANSENDE/DANSENE ind i salen'

2.

Hvad er den rigtige stavemåde her:  
'De LÆRER/LÆRE meget mere dansk nu'

3.

Hvad er stammen af 'HOPPENDE'?

4.

Hvilken ordklasse er ordet ARBEJDER  
(måske flere?)

5.

Stav til 'PLUDSELIG'

## 5. KL. → POST 3 → FACIT

1.

'De kom DANSENDE ind i salen'  
(lang tillægsmåde af AT DANSE)

2.

'De LÆRER meget mere dansk nu' (nutid)

3.

HOP

4.

NAVNEORD (en arbejder)  
UDSAGNSORD (jeg arbejder)

5.

PLUDSELIG

## 5. KL. → POST 4 → OPGAVER

1.

Nævn 3 ord, som fortæller om bevægelse  
(eks.: at hoppe...)

2.

Nævn de 3 bogstaver, der kommer før 'S'

3.

Hvad er den rigtige stavemåde her:  
'Han ville ikke RØRER/RØRE ved den døde mus'

4.

Hvad sker der med vokalen,  
når AT SIGE bøjes i datid?

5.

Hvad er den rigtige endelse her:  
'Alle SEJLENDE/SEJLENE var hejst'

## 5. KL. → POST 4 → FACIT

1.

AT SPRINGE – AT LØBE – AT GÅ – AT KRAVLE –  
AT SPURTE – AT LUNTE – AT TRILLE...

2.

P – Q – R

3.

'Han ville ikke RØRE ved den døde mus'  
(navnemåde)

4.

Den skifter fra I til A -> SAGDE

5.

'Alle SEJLENE var hejst'  
(navneord i bestemt flertal)

## 5. KL. → POST 5 → OPGAVER

1.

Hvad hedder EN MOSTER i ubestemt flertal?

2.

Hvor kan ordet TRÆKVINDEN deles?

3.

Hvad er den rigtige stavemåde her:  
'Mor kan ikke BÆRER/BÆRE babyen altid'

4.

Nævn 3 FORHOLDSORD  
(hvor noget er i forhold til noget andet)

5.

Bøj AT FRYSE i kort tillægsmåde

**5. KL. → POST 5 → FACIT**

1.

FLERE MOSTRE  
(E og R bytter plads)

2.

TRÆ-KVIND-EN (en figur)  
TRÆK-VIND-EN (en vind)

3.

'Mor kan ikke BÆRE babyen altid'  
(navnemåde)

4.

PÅ – MELLEM – OVER – UNDER – GENNEM –  
I – HOS ...

5.

ER/HAR FROSSET

## 6. KL. → POST 1 → OPGAVER

1.

Hop på ét ben og sig de sidste 3 bogstaver  
i alfabetet – BAGFRA!

2.

Nævn det/de stumme bogstav(er) i ordet  
PLUDSELIG

3.

Hvad er stammen af AT MOTIONERE?

4.

Nævn datidsformen af 3 udsagnsord,  
der bøjes regelmæssigt/svagt

5.

Lav 3 sammensatte ord, der indeholder LØB

## 6. KL. → POST 1 → FACIT

1.  
Å – Ø – Æ

2.  
D + G

3.  
MOTIONER

4.  
Udsagnsord, der får enten –te eller –ede på i  
datid (eks.: kørte, spiste, malede, legede)

5.  
Eks.: LØBETØJ – LØBESKO – MOTIONSLØB –  
TRAVLØB – LØBETRÆNING – HÆKKELØB ...



## 6. KL. → POST 2 → OPGAVER

1.

Hvor mange stavelser er der i  
SKOLERNES MOTIONS DAG?

2.

Hvad hedder EN FIGEN i ubestemt flertal?

3.

Hvad er den rigtige stavemåde her:  
'De fangede mange ål i deres RUSSE/RUSER'

4.

Nævn så mange ordklasser, du kan

5.

Hvad er bydemåden af AT FÆNGSLE?

## 6. KL. → POST 2 → FACIT

1.

7 -> SKO-LER-NES MO-TI-ONS-DAG

2.

FLERE FIGNER

3.

'De fangede mange ål i deres RUSER'

4.

navneord – udsagnsord – tillægsord – forholdsord –  
stedord – egennavne – kendeord – talord –  
bindeord – udråbsord - biord

5.

FÆNGSL!

## 6. KL. → POST 3 → OPGAVER

1.

Hvad er den rigtige stavemåde her:  
'Far skal altid SKÆRE/SKÆRER anden ud til jul'

2.

Hvad ender ordet AT KONKURRERE på?

3.

Sig denne sætning så hurtigt, du kan:  
'En bar barbar bar en bar barbar ud af en bar'

4.

Bøj ordet FÅ i 2. og 3. grad

5.

Hvad betyder udtrykket:  
'Hun har rundsave på albuerne'

## 6. KL. → POST 3 → FACIT

1.

'Far skal altid SKÆRE anden ud til jul'  
(navnemåde)

2.

E – fordi det er navnemåden

3.

'En bar barbar bar en bar barbar ud af en bar'

4.

2. grad = FÆRRE  
3. grad = FÆRREST

5.

Hun stræber for at komme frem – tager ikke hensyn til dem, hun møder på vejen...

## 6. KL. → POST 4 → OPGAVER

1.

Nævn 2 antonymer til ordet LILLE  
(ord med modsat betydning)

2.

Stav til PRÆCIS

3.

Nævn 5 EGENNAVNE?  
(De ord, der skrives med stort forbogstav)

4.

Hvad er det rigtige ord her:  
'Det skulle jeg lige VENDE/VÆNNE mig til'

5.

Hvilke forskellige vokaler får ordet 'AT BRYDE',  
når du bøjer det i alle tider

## 6. KL. → POST 4 → FACIT

1.

HØJ – STOR – ENORM – KÆMPE...

2.

PRÆCIS

3.

Kan være navne, byer, gader, lande, titler,  
foreninger...

4.

VÆNNE

5.

Nutid: BRYDER – Datid: BRØD –  
Førnutid: har BRUDT

## 6. KL. → POST 5 → OPGAVER

1.

Hvad betyder udtrykket:  
'Han satte det lange ben foran'

2.

Hvad er det rigtige ejestedsord her:  
'Julie tog \_\_\_\_ ring med sig hjem'

3.

Hvilken form af udsagnsordet skal man bruge,  
når man slår det op i ordbogen?

4.

Stav til INSEKT

5.

Hvor mange grader kan et tillægsord have?

## 6. KL. → POST 5 → FACIT

1.

Han skyndte sig – han havde travlt

2.

SIN – hvis det er Julies egen ring  
HENDES/HANS – hvis den tilhører en anden

3.

Navnemåden

4.

INSEKT – vigtigt, at man husker,  
at det ikke er IND

5.

3 – Grundform/'første grad', 2. og 3. grad