

Nollkronorslovet

En vecka med gratis aktiviteter – utan inköp

Läs i mobilen eller skriv ut och kryssa av. Inget särskilt material behövs. En vuxen hjälper yngre barn; anpassa efter väder och förmåga.

☐ **Måndag: En saga, en mening i taget** Cirka 10 min

1. Börja med: En morgon fanns det en liten dörr i hallen. 2. Turas om att lägga till en mening. 3. Efter två varv hittar ni på ett gemensamt slut.

☐ **Tisdag: Höstens färgjakt** Cirka 20 min

1. Välj tre färger innan ni går ut. 2. Hitta något i varje färg längs en kort promenad. Titta utan att plocka. 3. Låt alla välja sitt finaste fynd och berätta varför.

☐ **Onsdag: Djur-charader** Cirka 20 min

1. En person väljer ett djur utan att säga vilket. 2. Visa djuret med rörelser, utan ljud. 3. De andra gissar. Låt alla vara skådespelare en gång.

☐ **Torsdag: Lyssna på fem ljud** Cirka 10 min

1. Stanna på en trygg plats utan trafik. 2. Var tysta en minut och räkna olika ljud. 3. Peka åt det håll ljudet kommer från och jämför vad ni hörde.

☐ **Fredag: Vad saknas?** Cirka 10 min

1. Lägg fem stora, ofarliga saker från hemmet på ett bord. 2. Alla tittar i en halv minut och blundar sedan. 3. En person tar bort en sak. De andra gissar vilken.

☐ **Lördag: Mönster av höstlöv** Cirka 20 min

1. Hitta redan nedfallna löv och små kvistar på marken. 2. Ordna dem i en cirkel eller ett upprepat mönster. 3. Låt nästa person bygga vidare. Lämna naturen som ni fann den.

☐ **Söndag: Dansstopp utan skärm** Cirka 10 min

1. Gör plats på golvet och flytta sådant man kan snubbla över. 2. En person klappar takten, de andra dansar. 3. När klappandet slutar står alla stilla. Byt taktledare.

Naturen: titta på svampar och okända bär utan att röra. Plocka bara redan nedfallna löv där reglerna tillåter det. Undvik trafik och hala ytor.

0 kr avser inga inköp för aktiviteterna. Resor, mat, el och utskrift kan kosta. Välj platser nära hemmet. Planen kan användas på alla lov och helger.