

# TIPSKUPON\*

## – at formidle viden på en spillende måde

Formålet med 'Tipskupon'-øvelsen er at formidle viden om for eksempel selve sygdommen, om fødder, gode anbefalinger på mad, eller effekter af motion og bevægelse på en anderledes og sjov måde, og hvor deltagerne samtidig bevæger sig. Alle former for viden kan sættes ind i en tipskupon.

Øvelsen har fokus på deltagerens egen viden. En yderligere formidling af viden sker, når den sundhedsprofessionelle uddyber det rigtige svar. En tipskupon kan derfor også bruges som en genopfriskning af allerede formidlet viden. Deltagerens svar giver underviseren en fornemmelse af deltagerens viden på specifikke områder.



Minimum 30 minutter



'Tipskupon' til hver deltager og skriveredskab

God gulvplads

Tre markører (kegler, stole eller andet) for de tre svarkategorier, samt tre plancher med 1, X og 2, som klistres på markørerne  
Markørerne placeres på gulvet med god afstand



Individuel

Gruppe



Det er vigtigt, at underviseren forbereder svar ud fra sin faglige viden  
Der findes en 'Tipskupon' om henholdsvis mad, bevægelse og motion, type 2 diabetes, mad og diabetes, fødder og hjertet  
Underviseren kan selv lave nye tipskuponer med afsæt i den viden, som hun har formidlet

Tipskuponerne kan findes til print på [www.steno.dk](http://www.steno.dk)

# TRIN FOR TRIN

1. Underviseren præsenterer formålet med øvelsen: At formidle eller genopfriske viden gennem leg.
2. Deltagerne får hver udleveret en 'Tipskupon'.
3. Underviseren kan eventuelt sige, at deltagerne skal rejse sig op og gå ud på gulvet. Deltagerne kan selvfølgelig også blive siddende omkring bordet.  
Hun kan sige: "Dette er en 'Tipskupon', som handler om viden om xxx. Det gælder om at prøve at gætte det rigtige svar. Når du har svaret, bevæger du dig hen til den markør, som viser den svarmulighed, du tipper på. De tre markører har 'Tipskuponens' tre svarkategorier: 1, X og 2".
4. Underviseren, som står midt på gulvet, læser nu 'Tipskuponens' første spørgsmål op. Hun læser også de tre svarmuligheder op ved at bevæge sig fra markør til markør for at vise, hvor de enkelte svar hører til.
5. Det er nu deltagernes tur til at svare 'med fødderne' ved at bevæge sig hen til den markør, hvis svarkategori, de tipper, matcher spørgsmålet. De begrundes deres valg og diskuterer det med hinanden. Hvis de ønsker, kan de her markere deres svar på 'Tipskuponen'.
6. Underviseren giver det rigtige svar på spørgsmålet ved at gå hen til den rigtige markør. Her læses spørgsmålet og det rigtige svar op, og underviseren uddyber svaret. Deltagerne markerer nu på deres 'Tipskupon', om de havde tippet rigtigt eller forkert.
7. Punkt to-fire gentages for 'Tipskuponens' øvrige spørgsmål.
8. Deltagerne bliver spurgt, om de har yderligere spørgsmål.
9. Underviseren kan – hvis deltagerne ønsker det – afrunde med, at der kåres en vinder.