

Uge 1: Hvor meget sover klassen?

Nu skal du regne lidt på, hvor meget du og din klasse sover om natten.

Først skal du kigge på, hvor meget du selv har sovet. Derefter kan du udregne, hvor meget klassen har sovet i gennemsnit pr. nat over en uge.

Hvordan har du sovet?

Hjælp hinanden to og to:

1. Læg sammen hvor mange timer du har sovet hver nat og divider med syv dage. Hvor mange timer har du i gennemsnit sovet?

2. Hvor mange dage har du været træt, når du mødte i skole?

Skriv de to tal sammen med dit navn på tavlen.

GENNEMSNI

Læg, hvor mange timer du har sovet hver nat sammen og divider med, hvor mange dage du har lavet søvnskema.

EKSEMPEL

$8 + 7,5 + 9 + 10 + 9 + 8,5 + 8 = 60$ timer

$60 \text{ timer} / 7 \text{ dage} = 8,57$ timer om dagen

Tal med din makker:

Kan I se en forskel i jeres humør alt efter, hvor mange timer I har sovet?

Er der en sammenhæng mellem hvor mange timer I sov, og hvad I lavede, før I faldt i søvn? Beskriv hvordan:

Hvordan har klassen sovet?

Nu skal I kigge på alle tallene på tavlen og regne ud, hvordan jeres klasse sover:

1. Hvor mange elever er I i klassen? _____
2. Læg de antal timer sammen, I i gennemsnit har sovet og divider med det antal, I er i klassen. Hvor mange timer har klassen i gennemsnit sovet? _____
3. Læg de antal dage sammen, I har været trætte om morgen og divider med det antal, I er i klassen. Hvor mange dage var klassen i gennemsnit trætte om morgenen? _____

Ekstra matematik:

Klassens søvnstatistik

Nu skal du udfylde to hyppighedsskemaer.

I det første skema skal du udfylde, hvor mange elever der mødte trætte op i skole i 0-5 dage. Hvis tre elever var trætte i nul dage, skriver du tallet 3 som hyppighed ved observationen 0 dage

Du kan udregne frekvensen i procent ved at dividere hyppigheden med det samlede antal observationer, som her er det antal elever, I er i klassen.

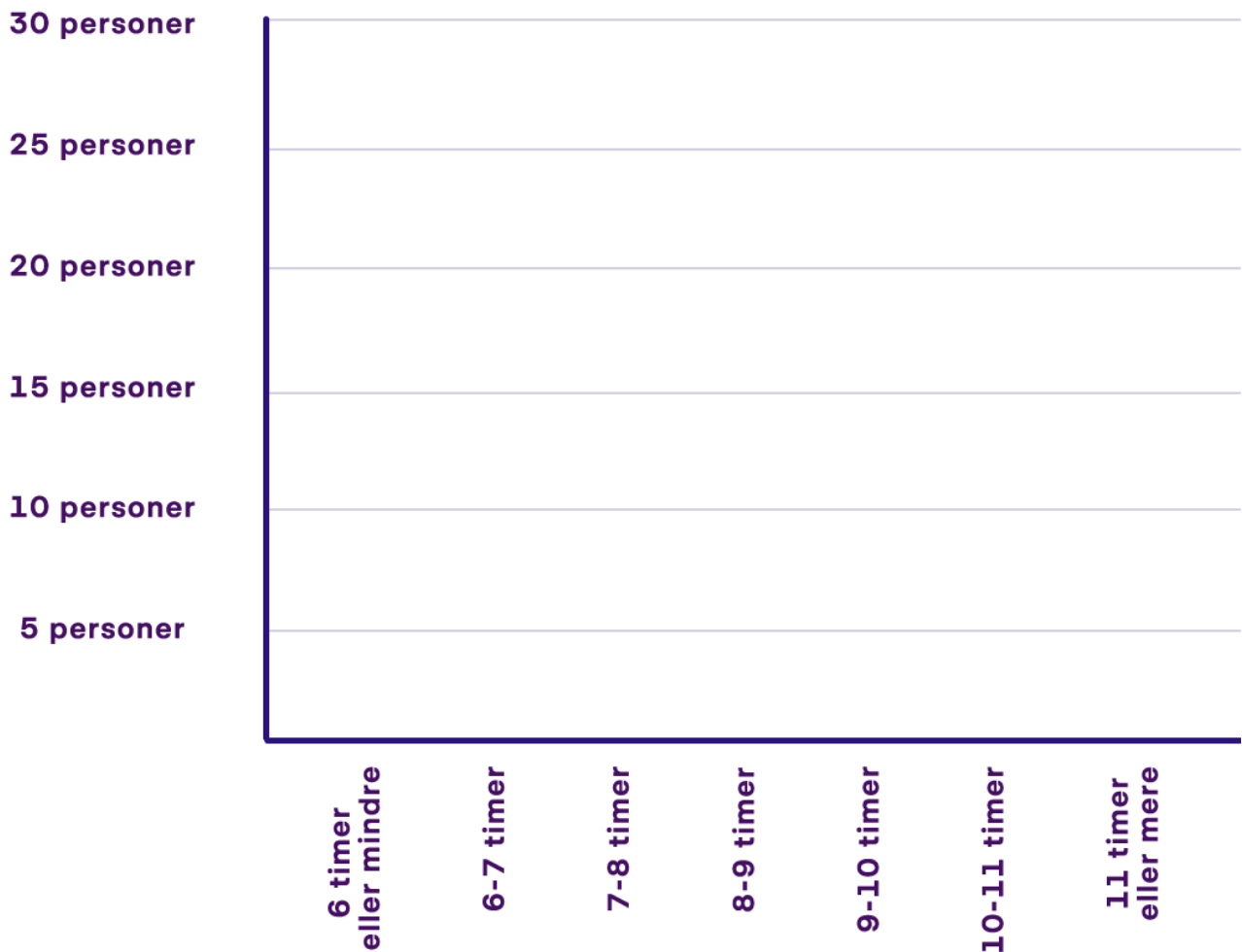
Observation: Antal dage eleverne var trætte, da de mødte i skole:	Hyppighed: Hvor mange elever var trætte, da de mødte i skole i x-antal dage?	Frekvens: Hvor mange procent af eleverne var i x-antal dage trætte, da de mødte i skole?
0 dage		
1 dag		
2 dage		
3 dage		
4 dage		
5 dage		

Nu skal du lave et hyppighedsskema over, hvor mange timer eleverne i klassen sover.

Observation: Antal timer eleverne sov i gennemsnit:	Hyppighed: Hvor mange elever har sovet x-antal timer i gennemsnit?	Frekvens: Hvor mange procent af eleverne har sovet x-antal timer i gennemsnit?
6 timer eller mindre		
6-7 timer		
7-8 timer		
8-9 timer		
9-10 timer		
10 -11 timer		
11 timer eller mere		

På næste side skal du udfylde et søvndiagram over din classes søvnvaner med de tal, du har fundet frem til nu.

Udfyld søjlediagrammet, så det viser, hvordan du og dine klassekammerater sover.



3. Hvad har du fundet ud af om din klasses søvnvaner?

Uge 1: Test din krop

Nu skal du teste din krop ud fra to forskellige faktorer: Reaktionshastighed og hukommelse. Testen skal laves i en uge, hvor du har sovet, som du plejer. Find reaktionshastighedsmåleren og hukommelsestesten i elevteksten:

['4. Søvnchallenge: Boost jer selv med søvn'](#).

HUSK! Du har kun et forsøg til hver test!

Test 1: Reaktionshastighed.

Du skal først undersøge, hvor hurtig din reaktionshastighed er. Når cirklen skifter farve, skal du klikke, så hurtigt du kan. Du får tre forsøg, og så regner maskinen din gennemsnitshastighed ud.

Hvad var din gennemsnitshastighed? _____

Test 2: Hukommelse.

Sæt et stopur til et minut.

Klik videre på billedet med de 15 motiver. Nu har du et minut til at huske så mange ting, som muligt.

Luk computerskærmen i og skriv, hvor mange ting du kan huske i tabellen herunder.

_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

Byt papir med din sidemakker, åben skærmen med billedet og tjek hinandens papirer.

Hvor mange ting huskede du rigtigt? _____