SINSEN AKTIVITETSSKOLE · 3. TRINN

Sjakkurs – fra bonde til konge

En 10-ukers reise over brettet

Torsdager kl. 15:00–16:15 · Høst 2026

Uke 1–4	Uke 5–6	Uke 7–9	Uke 10
Brikkene og brettet	Spesialtrekk og åpning	Taktikk og sluttspill	Turnering!

Uke 1 — Brettet og bonden

Bli kjent med sjakkbrettet og lære bondens gang.

Riktig oppsett («hvit rute i høyre hjørne»), rutenes navn a1–h8 – som et skattekart! Bonden går rett frem, slår på skrå, og kan gå to felt fra start.

Aktivitet: «Bondekrigen» – spill kun med bønder. Første bonde over på motsatt side vinner.

Uke 2 — Tårn og løper

Lære hvordan tårn og løper beveger seg.

Tårnet går i rette linjer så langt det vil. Løperen går på skrå – én lever hele livet på hvite ruter, én på svarte.

Aktivitet: «Fang flagget» – finn raskeste vei til en bestemt rute. Så bondekrig med tårn og løpere i tillegg.

Uke 3 — Dronning og springer

Lære de to siste offiserene.

Dronningen er brettets sterkeste brikke – tårn og løper i ett. Springeren er den eneste som kan hoppe! L-formen: «to frem, én til siden».

Aktivitet: «Springerhopp» fra a1 til h8, og duellen dronning mot åtte bønder.

Uke 4 — Kongen, sjakk og sjakk matt

Forstå spillets mål.

Kongen går ett felt i alle retninger – og må alltid beskyttes. Tre måter ut av sjakk: flytte, blokkere, slå. Forskjellen på sjakk, sjakk matt og patt.

Aktivitet: «Matt i ett trekk»-oppgaver – og barnas aller første ekte partier!

Uke 5 — Spesialtrekkene

Lære rokade og bondeforvandling.

Rokade er kongens «superkraft» – med tre regler for når det er lov. Bonden som når enden, forvandles (nesten alltid) til dronning.

Aktivitet: «Forvandlingsløpet» – målet er å forvandle en bonde. Alle prøver å rokere i ukens partier.

Sjakkurs ♞ uke 6–10

Nå begynner den ekte sjakktenkingen

UKE 6 ♟

Gode åpninger

Lære tre gylne åpningsregler.

1) Ta kontroll over sentrum. 2) Utvikle springere og løpere tidlig. 3) Rokér og sett kongen i sikkerhet. Og de vanligste nybegynnerfellene!

Aktivitet: «Åpningssjekken» – vi fryser partiet etter ti trekk og ser hvem som fulgte de tre reglene.

UKE 7 ♞

Taktikk 1 – gaffelen

Oppdage sitt første taktiske våpen.

Én brikke angriper to samtidig! Springeren er gaffel-mesteren. Vi lærer også brikkenes verdi: bonde 1, springer/løper 3, tårn 5, dronning 9.

Aktivitet: Gaffel-oppgaver – og lov til å rope «GAFFEL!» når man klarer én i parti.

UKE 8 ♝

Taktikk 2 – binding og avdekker

Utvide den taktiske verktøykassen.

Bindingen: brikken som ikke tør å flytte seg. Avdekkersjakk: flytt én brikke, angrip med en annen. Og repetisjon av gaffelen.

Aktivitet: Taktikk-stjerneløp med oppgavestasjoner rundt i rommet – løses i par.

UKE 9 ♛

Slutten av partiet

Lære å vinne når man leder.

Matt med dronning og konge mot ensom konge («boksemetoden»), hvorfor patt er nybegynnerens verste felle, og kongen som aktiv brikke.

Aktivitet: Alle øver på å sette matt med konge + dronning. Klarer de det på under 20 trekk?

UKE 10 ♔

Sjakkturnering!

Feire alt vi har lært.

Miniturnering med korte partier der alle møter flere motstandere. Fokus på god sportsånd: vi håndhilser før og etter partiet. Diplom til alle deltakere!

Finale: Barna viser frem favoritt-trekket sitt fra kurset.

SLIK SER EN ØKT UT

1 · Samling (10–15 min)
Dagens tema på demobrettet.

2 · Øvelser (20–25 min)
Mini-oppgaver og leker i par.

3 · Fri spilletid (30 min)
Barna bruker det de har lært.

4 · Oppsummering (5 min)
Hva lærte vi i dag?