

Spor 1

Kapittel	Grammatikk	Innhald
1	Substantiv, eintal	side 2: ein mann, ei dame, ein gut, ei jente, eit barn, ein familie side 3: ein lærar, ein elev, ein skule, eit klasserom, ein stol, ein pult side 4: ei tavle, ei bok, ei skrivebok, ein blyant, ein penn, eit viskeliêr side 5: han står, dei sit, ho skriv, han les, dei snakkar, dei lærer norsk side 6: ei kantine, ein kopp kaffi, ein kopp te, ein brus, ei kake, eit rundstykke
2	Daglege gjeremål Substantiv, eintal, verb i presens	side 2: ho et, han drikk, han søv, han arbeider, han går, han ser på TV side 3: ho kjøper mat, han kostar, han støvsuger, ho vaskar, ho vaskar klede, han vaskar opp side 4: ei handlevogn, pengar, ei kasse, ei lommebok, ein pose, eit kort side 5: ein bil, ein båt, ein trikk, eit tog, ein T-bane, ein buss side 6: ei gate, eit hus, ein haldeplass, ein T-banestasjon, eit kjøpesenter, ein butikk
3	Tal	side 2: ein, to, tre, fire, fem, seks side 3: sju, åtte, ni, ti, elleve, tolv side 4: tretten, fjorten, femten, seksten, sytten, atten side 5: nitten, tjue, tretti, førti, femti, seksti side 6: sytti, åtti, nitti, hundre, tohundre, tusen
4	Klokka	side 2: klokka er eitt, klokka er to, klokka er tre, klokka er fire, klokka er fem, klokka er seks side 3: halv sju, halv åtte, halv ni, halv ti, halv elleve, halv tolv side 4: kvart på eitt, ti på eitt, fem på eitt, eitt, fem over eitt, ti over eitt side 5: kvart over to, ti på halv tre, fem på halv tre, halv tre, fem over halv tre, ti over halv tre side 6: kvart på fire, kvart over fire, halv fem, halv seks, ti på fem, ti over fem
5	Mat Substantiv, eintal og fleirtal	side 2: brød, kjøtt, fisk, ris, pasta, potet side 3: eit eple, ein appelsin, ein banan, ein melon, druer, ein kiwi side 4: ein tomat, ei gulrot, ein salat, ein agurk, ein løk, ein kål side 5: to tomatar, tre bananar, fire agurkar, fem eple, seks brød, sju egg side 6: vatn, mjølk, salt, pepar, olje, margarin
6	På kjøkkenet Substantiv, eintal verb i presens	side 2: ein kniv, ei skje, ein gaffel, eit glas, ein tallerken, ein kopp side 3: to knivar, to koppar, to skeier, to glas, to tallerkenar, to gafflar side 4: ei gryte, ei steikspanne, ei steikespade, ein bolle, ein mikrobølgeovn, ei fjøl side 5: eit kjøleskåp, ein komfyr, eit bord, ein vask, eit skåp, ein skuff side 6: han skjærer brød, han steiker kjøt, ho koker ris, han lager mat, ho bakar, han dekkjer bordet
7	I heimen Substantiv, eintal	side 2: eit bad, eit kjøken, ei stove, ein gang, eit soverom, eit barnerom side 3: eit teppe, ei lampe, ein sofa, ein lenestol, ei hylle, eit bilde side 4: eit badekar, ein dusj, eit handkle, eit toalett, ein spegel, eit toalettapapir side 5: ein leilighet, ei blokk, eit rekkelhus, ein einbustad, ein hage, ein garasje side 6: ei dør, eit vindauge, eit tak, eit golv, ein vegg, ein balkong

Spor 2 / Nivå 1

Kapittel	Grammatikk	Tekstinnhald	Song	Video
1	Personalia Alfabetet, ordstilling, spørjeord, personlege pronomen eintal	Å presentere seg, språk og land		
2	Familie Tal 1-12, personlege pronomen fleirtal, ikkje	Nær familie	Eg heiter Anne Knutsdotter	
3	Samtalar Tal, Ordstilling, kva for ord er verb, pronomen	Å helse, meir om nær familie		
4	På skulen Substantiv: kjønn, eintal, artiklar, ikkje/også	Enkle ord knytt til klasserommet		
5	Kva er klokka? Klokka og vekedagane	Klokka og dagane		
6	Daglege rutinar Tal 13-1000, verb: infinitiv/presens	Enkle gjeremål frå morgon til kveld		
7	Måltid Substantivbøying: eintal ubestemt/bestemt, fleirtal	Frukost		
8	Butikk og klede Adjektiv ubestemt form, objektpronomen	Fargar og klede, butikkdialogar		
9	I nærmiljøet Prisar, mange/mykje	I matbutikken, middag		
10	Bustad og møblar Ordenstal, preposisjonar, eigendomsord	Rom, bustadtypar, etasjar og møblar		
11	Transport og reise Hjelpesverb, kva for, substantiv fleirtal, peikeord	Transportmiddel, landsdelar og store byar	Mellom bakkar og berg	
12	Vår og årstider Preteritum, ordstilling - inversjon, preposisjonen om	Vår og årstider	Hu hei!	
13	Kropp og helse Substantivbøying (uregelrett, imperativ, ordenstala (datoar))	Kroppsdelane, legebesøk, ordenstal, sunn mat	Eg veit ei lita jente	
14	Jobb og yrke Preteritum, perfektum	Ulike typar yrke		Ein slaktar på Eid
15	Familie og fritid Eigedomsord, verb: preteritum, ordenstal (datoar)	Slektskapsord, fritidsyslar, bursdagselskap	Per Spelmann	

Spor 3 / Nivå 1

Kapittel	Grammatikk	Tekstinnhald	Song	Video
1	Personalia	Ordstilling, spørjeord, pronomen	Namn og adresse, nasjonalitet og språk	
2	Familie og skulekvardag	Tal, substantiv: kjønn, eintal, artikkelar, ikkje	Mor, far, barn, tal: 1-12, skuleord	
3	Daglege rutinar	Verb: infinitiv/presens ordstilling m/ikkje	Vekedagane, klokka, tal opp til 1000, aktivitetar i løpet av ein dag	
4	Trivsel og mat	Modale hjelpeverb, substantivbøying: bestemt/ubestemt eintal og fleirtal	Spørje om korleis det går, gå i matbutikken, ete middag, frukost, grønnsaker	
5	Butikk og klede	Adjektiv ubestemt form. Han/ho/det (pronomen)	Fargar, klede, kjøpe klede	
6	Bustad og møblar	Substantivbøying, eigeomsord, ordenstal, preposisjonar	Bustadtypar, rom, møblar	
7	Transport og reise	Verbøying preteritum/futurum, den-denne, kva for, tidsuttrykk, ordstilling m/ikkje	Transportmiddel, reiser, fakta om Noreg, byar, fylke, reise til Trondheim	
8	Vår og årstider	Preteritum, ordstilling- invertering, preposisjonen om	Våret og årstidene	Kråkenes fyr
9	Kropp og helse	Substantivbøying (uregelrett), imperativ	Kroppsdelane, sansane, fordøyinga, legebesøk, bestille time, sunt kosthald	Mat på Bekkestua skule
10	Jobb og ulike yrke	Preteritum/perfektum	Ulike yrke	Ein slaktar på Eid
11	Familie og fritid	Eigeomsord, verb: preteritum/perfektum	Fritidsaktivitetar, fødselsdagsfest, slektskapsord, ferie	

Spor 2 / Nivå 2

Kapittel	Grammatikk	Tekstinnhald	Song	Video
1	Mat og kosthald	Substantivbøying, verb, hjelpeverb, korte svar	Frukost, frukost i andre land	
2	Høgtider	Objektpronomen, sammansette ord, verb perfektum, preteritum	Jul, nyttår, pepekaker, påske, pinse, 1. og 17. mai, ramadan og Id, russisk nyttår	Det lyser i stille grender, Julekveldsvisa, Ja, vi elsker...
3	Mattradisjonar	Imperativ, mange eller mykje, gjerne, heller, helst	Middag, ribbe, pinnekjøtt, oppskrifter med kjøttkaker, rømmegrøt	Internasjonal kafé
4	Seremoniar og familieforhold	Refleksive verb, gradbøying, relativsetningar	Dåp, bryllup, omskyring av gitar, ulike religionar, skilsmisse, barn av skilte foreldre	Det står ein friar
5	Barn og fritid	Genitiv, verb, annen/anna/andre preteritum/perfektum	Fotball, sport, bibliotek, dans	Thai-seremoni
6	Ny leilegheit	Adjektiv, liggje/leggje, obj. pron., fut/perf., også/heller, indirekte tale, preposisjonar.	Å kjøpe møblar	Norway Cup - flyktningar frå Libanon, Dansens dag
7	Dei unge flyttar heimanfrå	Difor/fordi, preposisjonar, hjelpeverb, preteritum/perfektum	Bustadannonse, husarbeid, barns rettar	
8	Hos legen	Komparativ, refleksive verb, preposisjonar, leddsetningar og inversjon	Eigenmelding/sjukmelding, graviditet	Den fyrste song
9	Helse og kosthald	Indirekte tale med om/at, med spørjeord og adverbial, inversjon	Usunn livsstil, røyking, trening og helse	Cricketkamp, Romsåsprosjektet
10	Arbeidsliv	Konjunksjonar, subjunksjonar, leddsetningar fordi/difor	Arbeidsløyse/permittering, skatt, lønn	
11	Å finne jobb	Refleksive eigedomsord – sin/si/sitt/sine, tidsuttrykk, eigen, gradbøying	Jobbsøking, NAV, CV, søknad, ringje og spørje om ledig jobb	
12	Skule og utdanning	Leddsetningar/helssetningar, sette/sitte/liggje/leggje, inn - inne osv.	Grunnskulen, skulen før og no, konferansetime, foreldremøte, meldingar, ungdomsskulen	Trappehuset
13	Nord-Noreg	Passiv, uregelrette adjektiv	Finnmark, midnattssol, Lofoten, dyr på Svalbard, Tromsø	Håvard Hedde
14	Sør-Noreg	Superlativ, bestemt form av adjektiv	Oslo, Austlandet, husdyr, Sørlandet, Vestlandet, Trøndelag, verdas høgaste fjell	Eg veit ei lita jente
15	Eventyr	Preteritum perf., presens part., komparativ, utbøying av subj. og spørjeo., til - til	Kvifor bjørnen har kort hale, Bordbøna til reven, Dei tre bukkane Bruse, Myrsnipa, mm...	Kaldt vær

Spor 3 / Nivå 2

Kapittel	Grammatikk	Tekstinnhald	Song	Video
1	Fritid og bibliotek Adjektiv bøyning, gradbøyning, verb - perfektum	Om å låne bøker, dans		Dansens dag
2	Hos legen Komparativ, refleksive verb, preposisjonar, leddsetningar og inversjon	Eigenmelding og sjukemelding, fastlege, graviditet, svangerskapspermisjon og fødselspengar, helsestasjonen	Den fyrste song	
3	Høgtider Objektpronomen, samansette ord, mange/mkje, bruken av bestemt/ubestemt form	Jul, nyttår, peparkaker, påske, pinse, 1. og 17. mai, dåp, konfirmasjon, bryllaup	Det lysar i stille grender, Julekveldevisa	Thai-seremoni, Juletrejakt
4	Mattradisjonar Mye/mange, lite/få, gjerne/heller/helst	Norske mattradisjonar, matoppskrift: kjøttkaker, saus, rømmegraut, mål og vekt		Internasjonal kafé
5	Helse og kosthald Indirekte tale med om/at, med spørjeord og adverbialer, inversjon	Sukker og feitt, hos legen, trening, sunn mat		Cricketkamp, Romsåsprosjektet
6	Arbeidsliv Konjunksjonar, subjunksjonar og leddsetningar	Ulike yrke, arbeidsløyse, arbeidsliv, lønn, skatt og restskatt		
7	Jobb i sikte Yrker som sluttar på -ar, -nad og -ing i eintal, refleksive eigedomord – sin/si/sitt/sine og setningsadverbial	Søkje jobb, søknad og CV, ord og uttrykk frå arbeidslivet, å oversetje papir, ringje og spørje om ledig jobb		
8	Skule og utdanning Verb: sitte, sette, leggje, leggle, inn-inne, ut-ute, kommareglar	Grunnskulen, skriv frå skulen, ungdomsskulen		Trapphuset
9	Familie og kvardag Familie-substantiv, preposisjonar, refleksive verb, både – og, begge to og begge deler, som-setningar	Ekteskap, sambuarskap og skilsmisse, fotball, å oppdra barn	Det står ein friar	Norway Cup - flyktningar frå Libanon
10	Svalbard og Nord-Noreg Passiv med bli/verte, og s-passiv	Byar i Nord-Noreg, hurtigruta, Svalbard, store dyr	Eg heiter Håvard Hedde	
11	Sør-Noreg Bestemt form av adjektivet, superlativ	Trøndelag, Vestlandet, Sørlandet, Austlandet, primær-, sekundær- og tertiæræringar		Kaldt vår

Spor 2 og 3 / Nivå 3

Kapittel	Grammatikk	Tekstinnhald	Song	Video
1	Arbeidsliv	Utbyrting	Yrke/arbeidsliv: jobbintervju	
2	Barn og barnepass	Refleksive verb, eigen/eige/eiga/eigne, preteritum perfektum, presentering	Au pair, barnehage eller dagmamma, svart/kvit betaling, barn i innføringsklasse.	Kjerringa med..., På sine..., Blåmann, Kom skal vi klippe..., Og vesle lerka, Sulta meg litt du..., Småspørven gjeng..
3	Likestilling	Tro, synest, meine, vite, tenkje, tekstbinding, sin/hans, presens partisipp, hypotetiske setningar	Kjønnsroller/likestilling i familiar med barn, kvinner rettår frå 1800-talet til i dag, Et dukkehjem, Amtmannens Døtre, deling av fødselpermisjonen	Kommunestyret i Gjerdrum
4	Burniljø og burettslag	Substantivbøying, kjem til å/skal, all/ alle/heil/heile, indirekte tale	Burettslag, dugnader, hagereskap, brannvarslar og forsikring	
5	Eldreomsorg	Adjektiv som substantiv, gradbøying, for å, verbbøying, samanlikning	Eldreomsorg, eldrecenter, heimhjelp, tryggleiksalarn, sjukeheim	Innebandy for eldre
6	Skulen	Ingen, nokon, ingenting, noko, forskjell/forskjellig/annleis, adjektivbøying	Einheitsskulen, Aleksander Kiellands "Gift", Bjørneboes "Jonas", dysleksji, disiplin	Leksehjelp, Aksjon skulestart
7	Media	Passiv med s, passiv med bli, som -setningar ordlagling, sjølv om – likevel	Aviser, radio, TV, Internett, spel, yringsfridom	Firdaposten
8	Noreg før 1814	Verbbøying, s-verb, ord som uttrykker årsaker og motsetningar	Vikingtid, gudetru, svartedauden, unionen med Danmark	Borgund stavkyrkje
9	Noreg etter 1814	Samansette ord, preposisjonar, bestemt/ubestemt, verb, tidsuttrykk	1814, parlamentarismen, dei første partia, Asbjørnsen og Moe, fattigdom, 2. verdenskrig, folketrygda, starten på velferdsstaten	
10	Utvandring og innvandring	Jo.. jo, enten – eller/verken – eller/ både – og perfektum brukt om framtid, pluskvamperfektum	Utvandringa til Amerika, innvandringa til Noreg, integrering, demokrati	Sommerfugel i vinterland
11	Litteratur	All/alt/alle/heil/heile, hypotetiske setningar, indirekte tale, kjem til å/skal, sin/si/sitt/sine, tekstbinding	Dikt og sanger med og utan rim, noveller, romanutdrag	
12	Språkleg mangfold	Inkjekjønnsord, ordklasser, innskotne som-setningar, ikke - som, ikkje så - som, same	Norske dialekter, samisk, språkfamiliar, ordklasser, lånord	Putte og sparegrisen Ro, ro til fiskeskjer