AKTIVITET MED AFSTAND

DUDE PERFECT

En del af boldbasis og boldspil

Følgende skal ses som inspiration til et fjernundervisningsforløb med flere idrætslektioner i boldbasis og boldspil. Er dine elever ikke hjemsendte, kan du nemt justere forløbet til almindelig idrætsundervisning på skolen.

Målgruppe:	6.- 9. klasse.
Forløbets varighed:	4 moduler (af ca.1,5 timer).
Formål:	**Kompetenceområde efter 7. kl. Boldbasis og boldspil:** Eleven kan beherske grundlæggende teknikker i boldspil.
	Kompetenceområde efter 9. kl. Idrætten i samfundet: Eleven kan analysere idrætskulturelle normer, værdier og relationer.
Tema:	Sammen hver for sig

Gutterne fra Dude Perfect er eksperter i at få det vanvittigt svære til at se legende let ud. Dude Perfect er en gruppe amerikanske mænd, der har gjort trickshots til deres levevej. De huserer på YouTube af samme navn. Her viser de en hel stribe af hverdagskast med overlegen lethed.

Dude Perfect trickshots til inspiration
https://www.youtube.com/watch?v=4xGFo_lYUrs (4:50 min.)
https://www.youtube.com/watch?v=0ADQauuOJto (6:58 min.)

Projektet Aktivitet med afstand er udviklet af Dansk Skoleidræt med støtte fra Nordea-fonden

AKTIVITET MED AFSTAND

Beskrivelse
I første modul præsenteres eleverne for opgaven: Eleverne skal selv finde en "Dude Perfect" aktivitet inden for boldbasis- og boldspilsområdet, som de skal arbejde på at mestre i løbet af de kommende moduler. • Opgaven er at lave et trickshot, filme det og dele det med klassen. • For at få noget inspiration og blive motiveret ser eleverne YouTube-videoerne i løbet af modulet, eller de har set videoerne forud for modulet. • Eleverne skal lære en færdighed, hvor de skal anvende et bat/ en ketcher eller kaste/sparke og med en eller anden form for bold skal ramme noget. • Eleverne inddeles i mindre grupper af fire elever. I gruppen sparer de med hinanden, får ideer, øver sig og giver feedback til deres Dude Perfect-trickshot. • Opgaven differentieres nemt, ved at eleverne vælger ambitiøse men også realistiske trickshots, der passer til deres eget niveau.
I andet modul øver eleverne sig endnu mere og grupperne giver hinanden feedback på hinandens "Dude Perfect". Hvilke overvejelser har eleverne gjort sig ift. deres Dude Perfect? • Skal tricket eventuelt gøres nemmere eller sværere, og hvordan gøres det? • Hvordan går det fremad med at øve det? • Hvordan ser deres prøvevideo ud? • Kan videoen eller tricket gøres endnu mere seværdigt ved at blive filmet på en anden måde?
I tredje modul fremviser eleverne deres trickshots på video Refleksioner over de viste videoer: • Hvilket trickshot var det mest kreative? • Hvilken video var den mest underholdende? • Hvilket trickshot synes de, var det sværeste? • Hvem havde valgt den største udfordring ift. egne erfaringer i boldspil? Til næste lektion bytter eleverne trickshots og øver den nye, de har fået.
I modul 4 samles op på hele forløbet, efter at eleverne har prøvet hinandens Dude Perfect. Afsluttende refleksioner: • Hvilken forskel er der på at lave boldspil som Dude Perfect og at spille eller træne op til fx en fodboldkamp? • Hvad synes du er sjovest? • Hvorfor synes du, at det er sjovere? (Jf. aktiviteternes normer og værdier).

Projektet Aktivitet med afstand er udviklet af Dansk Skoleidræt med støtte fra Nordea-fonden

AKTIVITET MED AFSTAND

FAQ:

- Hvordan skal jeg filme det?

  Med et kamera eller jeres telefon. Find et sted hvor kameraet kan stå stationært og filme det hele. Lad filmen køre og klip, der hvor trickshot'et lykkes, ud efterfølgende.

- Hvad hvis jeg ikke har en bold?

  Se gerne videoen 'Real life trickshots', hvor der er masser af ideer til trickshots, hvor en bold ikke er nødvendig.

- Jeg synes, det er svært at ramme mit mål.
  - Overvej om I skal gøre tricket lidt nemmere. Fx ved at gøre målet (det I vil ramme) lidt større, gå tættere på, bruge en anden type bold osv.

God fornøjelse med idrætsundervisningen.

Projektet Aktivitet med afstand er udviklet af Dansk Skoleidræt med støtte fra Nordea-fonden