

Idrætsdidaktik 2023 - workshop ILF 05/10/2023

Øvelser/aktiviteter til workshoppen:

1. Kropstossen – (Kongens efterfølger):

Hvordan kan man bevæge sig over gulvet med forskellige fokus?

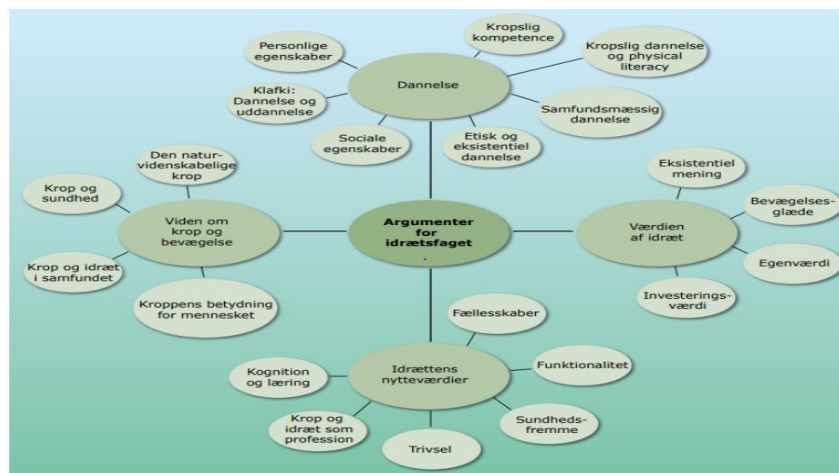
- Fokus på gakkede gangarter (gå, kravle, krybe, løbe, hinke mm)
- Fokus på armene (svinge, strække, flyvearme, diskoarme mm)
- Fokus på ryg og mave (mavedans, slange, vrikke mm)
- Fokus på rotation (dreje, rotere om forskellige akser, ned og rulle)
- Fokus på retninger (i rummet, kroppens retninger, op og ned, til siden)
- Fokus på balance (på hænder, på fødder, balance med andre)
- Osv., osv.

Flere muligheder:

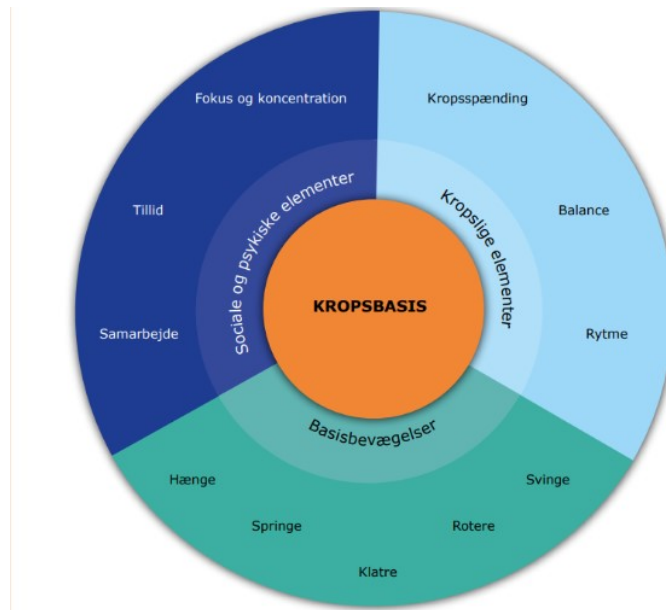
- når musikken stopper så skifter kropstossen ned bagi og der er en ny kropstosse
- når man synes det de andre kæder laver, så skifter man blot kæde
- on your own: du er selv kongen og bestemmer en bevægelse, som de andre kan koble sig med på, og stille sig ved siden af og bevæge sig-med. Til hver en tid kan man skifte til en anden bevægelse eller koble sig på en anden bevægelse.

2. Fire argumenter for faget idræt: Dannelse, Værdien af idræt, Idrættens nytteværdi og Viden om krop og bevægelse

- Stil jer i det hjørne som er jeres første prioritet, når du skal argumentere for faget idræt
- Stil dig nu i det hjørne, hvor du tænker, at dine elever ville stille sig.



3. Kropsbasismodel – arbejde med fagord fra kropsbasis



ØVELSE: Quiz og byt i tre runder

Alle får en seddel med et af fagordene fra kropsbasismodellen.

1. fortæl om ordet uden at sige ordet (ord)
2. gør ordet imens man fortæller om ordet (ord og bevægelse)
3. kun gøre ordet (bevægelse)

ØVELSE: THINK- PAIR-SHARE

- Tænk, hvad oplevede du som var udfordrende ved denne aktivitet, og hvilke succeser havde den.
- Del med en makker to og to
- Del med hele gruppen

ØVELSE: Find det element du hører til.

De tre elementer:

- sociale og psykiske elementer
- kropslige elementer
- basisbevægelse

ØVELSE: Bevægelsessekvens

- Dan en gruppe af en fra hvert af de tre elementer. Gå sammen og lave en bevægelsessekvens, hvor jeres tre ord bliver vist.
- Fremvis for en anden gruppe
- Dem der kigger, skal være nysgerrige på, hvordan de tre ord kommer i spil. Sæt evt. ring rundt om ordene på et printet ark.
- Byt så de andre fremviser

ØVELSE: Lav en bevægelsessekvens til en historie

- Dan en gruppe (kan være de to tremandsgrupper, som nu er en seksmandsgruppe) og lav nu en bevægelsessekvens, hvor jeres 6 ord er en del af bevægelsessekvensen.
- Læs historien op og skab gennem dialog, fantasi og med fokus på akrobatiske figurer en række billeder, der fortæller historien.
- Sæt "billederne" sammen til en bevægelsessekvens
- Fremvis for en anden gruppe eller flere grupper på en gang.
- Dem der kigger skal være nysgerrig på at "se" historien og kigge efter de ord, som er i kropsbasismodellen.
- Sæt gerne musik på (vi brugte en OL-fanfare melodi)

/Peter Jensen og Malene Schat-Eppers

Modellerne er taget fra bogen "Idrætsdidaktik - idrætsundervisning i grundskolen og gymnasiet, yubio 2022", som Malene og Peter har været med til at skrive.

Bogen kan købes på yubio.dk