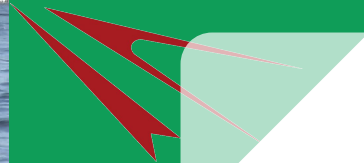




Inddragelse af vandsport og friluftsliv i Idrætsundervisningen

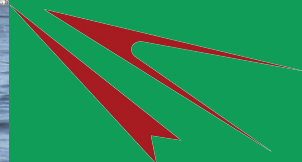


5. Oktober 2023 Idrætslærernes Forum, Ringsted



Hvad kommer vi igennem

- Intro
- Hvor befinder vi os i målene
- Eksempler på hvordan vandsport er brugt i folkeskolen
- Hvad skal i gøre for at gøre det samme





Intro

Dansk Kano- og kajakforbunds arbejde

Hvad er min baggrund



Barrierer ved brugen af friluftsliv i Folkeskolen

Brug 2 min med sidemakkeren om hvad der gør at i ikke bare starter op med vandsport når i er tilbage mandag på skolen ?



Barrierer ved brugen af friluftsliv i Folkeskolen

Har adgang til udstyr

Manglende erfaringer

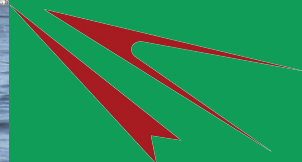
Manglende personale ressourcer

Har ikke tid

Logistik

Vandsport og friluftsliv i Folkeskolen ?

- Mål
- Hvor meget skal det fylde ?
- Hvilken vinkel har vi på friluftslivet



Efter 9. klassetrin

Kompetence-område	Kompetencemål	Faser	Færdigheds- og vidensområder og -mål												
Alsided idræts-udøvelse	Eleven kan anvende komplekse bevægelses-mønstre i udvikling af en alsidig idræts-praksis.		Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kropsbasis		Løb, spring og kast		Natur- og udeliv		
			1.	Eleven kan analysere egne og andres bevægelser inden for gymnastik og parkour.	Eleven har viden om bevægelsesanalyse af gymnastiske øvelser og spring.	Eleven kan beherske tekniske og taktiske elementer i boldspil.	Eleven har viden om samspil mellem teknik og taktik i boldspil.	Eleven kan beherske komplekse bevægelsesmønstre i koreografier.	Eleven har viden om samspillet mellem bevægelse og musiks tempo, form og karakter samt bevægelsesanalyse i dans.	Eleven kan fastholde koncentration og fokus i idræts-udøvelse.	Eleven har viden om koncentration i relation til krops-kontrol.	Eleven kan beherske atletikdiscipliner.	Eleven har viden om atletikdiscipliners udøvelse og afvikling	Eleven kan vurdere kvaliteter ved friluft-aktiviteter på land og i vand.	Eleven har viden om kvaliteter og kendetegn ved friluftaktiviteter på land og i vand.
			2.	Eleven kan beherske sammensatte bevægelses-serier med og uden musik.	Eleven har viden om teknikker til at sammensætte bevægelser inden for redskabsgymnastik og parkour.	Eleven kan udvikle boldspil.	Eleven har viden om spilkonstruktion.					Eleven kan vurdere bevægelser inden for atletikkens discipliner.	Eleven har viden om bevægelses-analyse, herunder digitale værktøjer.	Eleven kan udvikle friluftaktiviteter på land og i vand.	Eleven har viden om planlægning af friluftaktiviteter.
Idrætskultur og relationer	Eleven kan vurdere idræts-kulturelle normer, værdier og relationer i et samfundsmæssigt perspektiv.		Samarbejde og ansvar		Normer og værdier		Idrætten i samfundet		Sprog og skriftsprog						
			Eleven kan vurdere samspillet mellem individ og fællesskab i idrætsaktiviteter.	Eleven har viden om muligheder og forpligtelser i idræts-fællesskaber.	Eleven kan vurdere udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur.	Eleven har viden om udviklingen af normer, værdier og etik i idrætskultur.	Eleven kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitetstilbud.	Eleven har viden om organiserings-muligheder for idrætsudøvelse.	Eleven kan nuanceret sprogligt udtrykke sig om idrætspraksis samt målrettet læse og skrive idrætslige tekster.	Eleven har viden om komplekse fagord og begreber samt idræts-lige teksters formål og struktur.					
			Eleven kan udvikle konstruktive sam-arbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter.	Eleven har viden om samarbejdsmetoder inden for alsidige idrætsaktiviteter.			Eleven kan diskutere samspillet mellem samfund og idræts-kultur.	Eleven har viden om sammenhænge mellem samfundstendenser og idrætskultur.							
Krop, træning og trivsel	Eleven kan vurdere samspil mellem krop, træning og trivsel i et aktuelt og fremtidigt perspektiv.		Sundhed og trivsel		Fysisk træning		Krop og identitet								
			Eleven kan vurdere idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel.	Eleven har viden om idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel.	Eleven kan formidle opvarmningsprogram tilrettelagt i samarbejde med andre.	Eleven har viden om opvarmnings-programmers formål, struktur og variationsmuligheder.	Eleven kan analysere fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med kroppens udvikling.	Eleven har viden om kroppens betydning for psyke og identitet.							
			Eleven kan analysere levevilkårs betydning for idrætsudøvelse.	Eleven har viden om forskelle i levevilkår og deres betydning for idrætsudøvelse.	Eleven kan udføre egne og andres træningsprogrammer.	Eleven har viden om kroppens anatomi og fysiologi i et træningsperspektiv.	Eleven kan vurdere fysisk aktivitets effekt på krop og identitet.	Eleven har viden om idrætsudøvelses betydning for krop og identitet.							



Inddragelse i Folkeskolen

”Jamen noget af det som vi har oplevet, det er at det ikke altid handler om at være den teknisk bedste så kan man faktisk godt nå et godt niveau til at klare sig rigtigt godt, og der kan det autentiske i uderummet altså noget helt unikt, i forhold til boldspil i hallen, for det at være sammen om det fremmede og nye...” ”... Og så giver det et miljø hvor der er mere plads forskelligheden fremfor traditionel idrætsundervisning, hvor hurtigt bliver tydeligt hvem der er bedst på bolden, på den måde at vi må få tingene til at lykkedes i fællesskab da alle er på samme niveau”

Suner Hansen, Underviser 9 årgang Hummeltofteskolen Lyngby



9. Årgang på Hummeltofteskolen

Bruger Kano som redskab

- 3 x 2 lektioner inddragelse faget idræt
- Valgfag for 9 årgang
- Samarbejder med den lokale spejder forening

1 uv - Fokus på balance, mestring, samarbejde sikkerhed, leg og glæde evt. vandtilvænnning hvis vejret tillader

2 uv - Fokus på styretag, komme fra A - B ved samarbejde

3 Uv - Lille Tur, med fokus på oplevelsen og mestringen af kano på tur, mikro planlægning eft kort læsning.

Kano



- Har blå Profil, inddragelse af havnen i undervisning.
- Vil over næste skoleår forsøge sig med inddragelse i idrætsundervisningen
- Opstartet forløb med Instruktør Uddannelse
- Indgået en samarbejds aftale til brug af uddannelses system samt løbende sparring på vandsports området.

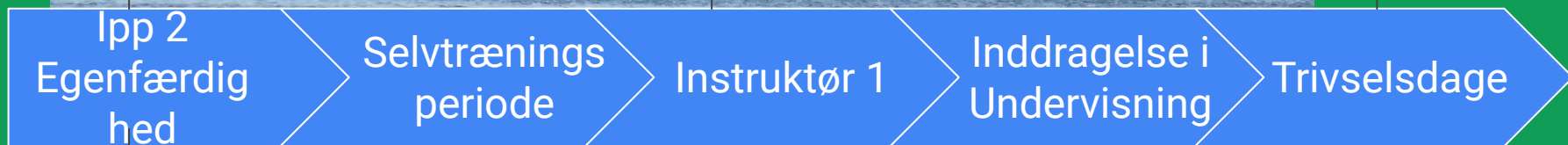
Udfordringer - Udstyr (den gemmer vi)



Stand Up Paddle(SUP)

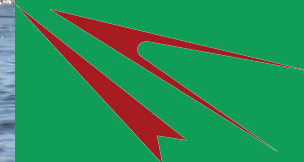
Tager 8 timer for at opnå IPP 2 niveau

Tager en weekend og her kan der tages et samlet SUP og Havkajak kursus på 16 timer



Havkajak / Kano

Tager 16 timer for at opnå IPP 2 niveau



Uddannelses System IPP(I Paddle Pass) Egenfærdighed

Overordnede IPP-kompetencer ::					
	IPP 1	IPP 2	IPP 3	IPP 4	IPP 5
Niveau	Nybegynder	Øvet	Kompetent	Erfaren	Ekspert
Rolle	Roer	Medlem af en gruppe, der ledes	Medlem af en gruppe af jævnbyrdige	Turleder / aktivitetsleder i en gruppe af jævnbyrdige	Turleder / Aktivitetsleder
Beslutningsdygtighed	Afhængig af andre	Forståelde af andres beslutninger	Selvstændige beslutninger	Selvledelse	Selvledelse
Tekniske færdigheder	Kan padle i forskellige retninger	Rimelig kontrol gennem Boat Body Blade	Kan padle med eget / kendt udstyr	Er effektiv i eget / kendt udstyr	Kan tilpasse sig effektivt til nyt udstyr / nye situationer
Egen sikkerhed	Kæntre uden panik, arbejde i vandet	Udføre en assisteret redning og genindstigning med hjælp	Udføre selvredning	Rulle / Indstigning i båd på dybt vand alene	Rulle / Indstigning i båd på dybt vand alene i hårde betingelser
Sikkerhed gruppe	Bevidst om personlig sikkerhed	Bevidst om egen og andres sikkerhed	Bevidst om gruppens sikkerhed	Kan varetage gruppens sikkerhed	Kan varetage gruppens sikkerhed
Udstyr	Kan bruge udleveret udstyr	Kan identificere specifikt materiel / udstyr	Kan vælge udstyr tilpasset situationen	Kan ro i forskelligt udstyr i de relevante forhold	Kan ro i forskelligt udstyr i de relevante forhold
Miljø	Generel bevidsthed om omgivelserne	Grundlæggende viden om og interaktion med omgivelserne	Grundlæggende viden om og interaktion med omgivelserne samt forståelse af konsekvenser	Tager beslutninger med en plan ud fra forholdene	I stand til at udforske nye områder med respekt for forholdene og miljøet



Uddannelses System IPP(I Paddle Pass) Instruktør Niveau

Se instruktør normer for Kano / SUP / Havkajak

Skole / Klub Samarbejde - Aktiv Skole

Holte Skole - Holte Roklub

Idrætslærer >< Frivillig i forening

8. Årgang på klubbesøg i idræt 2x 45 min

Kajak Polo >< Tur kajak

Rundtur i forening

Hjælp til at arbejde videre forløb i faget idræt



Skole / Klub Samarbejde - Aktiv Skole

Ebeltoft

Skole - Ungdomsskole - Forening

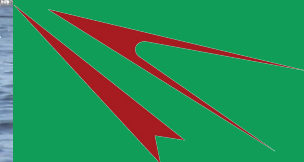
Med løbende sparring lykkedes det 3 samarbejdspartnere at have en hel dag med hele 8 årgang at være på vandet i Ebeltoft.



Sikkerhed

Efter Præstø ulykken i 2011, har skabt en kæmpe respekt for vand aktiviteter i institutions rammer.

- Hvor ligger ansvaret ?
- Sikkerhedinstruks
<https://www.soefartsstyrelsen.dk/skole-and-udlejningssejlads/skole-og-institutionssejlads/sikkerhedsinstruks-institutionssejlads>
- Nødvendig uddannelse / fagpersonale
- Nødvendige overvejelser omkring forhold, vind, vejr, førstehjælp.
- Forsikring →
- <https://www.soefartsstyrelsen.dk/sikkerhed-til-soes/sikkerhed-for-passagerer/forsikring-for-passagerer/faq-om-forsikring-for-passagerer>



Udstyr

- Danske Grejbanker - Udstyr til låns
- Hjælp til ansøgning af fondsmidler - Friluftsrådets puljer.

<https://friluftsradet.dk/tilskud-til-friluftsliv/tilskud-til-projekter/boern-unges-friluftsliv>

- Samarbejde med lokale klubber (kontakt DKF)



Skal vi arbejde sammen ?

Skal vi tage en kaffe eller en snak med idrætsteamet / ledelse om muligheder for vandsport på jeres skole så skriv eller ring endelig.

Jeg kommer gerne på besøg

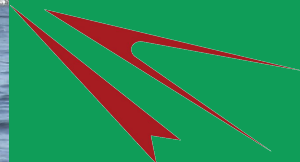
Rasmus Birkkjær Bertelsen

Børn og unge konsulent

Dansk Kano- og kajakforbund

+45 48 80 90 03

Rbb@kano-kajak.dk



A group of five people, including a woman and four men, are paddling a dark-colored canoe on a calm blue lake. They are all wearing life jackets in various colors (red, orange, green). The background features a dense forest of green trees on a hillside under a clear blue sky with a few clouds. The text 'Tak for idag' is overlaid in a white font on a green rectangular background in the center of the image.

Tak for idag

5. Oktober 2023 Idrætslærenes Forum, Ringsted