

Udvikling

Boldspil og boldbasis

dansk
Skoleidræt

idrætsfaget

9.

klasse





Udvikling – Boldspil og boldbasis

Tema

Idræt og kultur

Undertema

Udvikling

Indholdsområde

Boldspil og boldbasis

Tid

4 moduler af 75 minutters varighed

Forløbsbeskrivelse

I dette forløb skal I arbejde med bordtennis ud fra temaet "Idræt og kultur". I skal arbejde med både tekniske elementer af bordtennis samt spiludvikling.

Færdigheds- og vidensmål

- Eleven kan beherske tekniske og taktiske elementer i boldspil.
- Eleven kan udvikle boldspil.
- Eleven kan udvikle konstruktive samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter.
- Eleven kan vurdere samspillet mellem individ og fællesskab i idrætsaktiviteter.



Fysisk træning



Modul 1

9. klasse



Mål for dette modul : Eleverne skal eksperimentere med små spil, som de kan udvikle på undervejs.

Tid	Hvad/indhold	Hvordan/organisering
10 min.	INTRO Tal med eleverne om det overordnede tema: Idræt og kultur I hvilke dele af verden er bordtennis særligt populær? Hvorfor er bordtennis populært i den del af verden? Hvordan hænger det sammen med deres uddannelsessystem og levemåde/levestandard?	Kort introduktion og samtale i plenum
30 min.	OPVARMNINGSØVELSER Eleverne øver sig to og to på at returnere med forhånd, der er 4 elever i gang ved hvert bord. Man kan evt. stå skråt og returnere til hinanden fra hjørne til hjørne. Det giver en naturlig forhåndsposition. Herefter laver man samme øvelse, nu er det dog kun med baghåndsreturneringer. Vær opmærksom på skiftet i benstilling. Eleverne øver nu serven. Eleverne skal ikke spille duellen, men blot serve til hinanden og give feed-back på opkast, håndstilling og selve serven. Eleverne kan med fordel lægge et A4 papir på hver halvdel, som man kan forsøge at ramme med sin serv.	Parvis Husk at bordtennisbolden skal kastes 16cm op i luften, før den serves til modstanderen. Se bilag om reglerne bordtennisserv.
20 min.	RUNDT OM BORDET Der opsættes to bordtennisborde med net, hvor klassen deles i to lige store grupper og fordeles med lige mange ved hver bord, og herefter spiller eleverne rundt om bordet. I første runde må man kun returnere med forhånden. I anden runde må man kun returnere med baghånd. Lad gerne eleverne finde på andre/flere "benspænd".	To lige store grupper
2 min.	FUN FACT Vidste du, at en bordtennisbold kan skrue 100 gange om sig selv i sekundet og blive sendt af sted med 100 km. i timen.	
5-10 min.	OUTRO Tal med eleverne om, hvad de har lært. Er der noget, der har overrasket dem? Hvilke dele af undervisningen var sjovest – og hvorfor? Hvordan passer undertemaet udvikling til deres modul?	Fælles



Vildt fedt



dansk

Skoleidræt



Modul 2

9. klasse



Mål for dette modul : Eleverne skal eksperimentere med små spil, som de kan udvikle på undervejs.

Tid	Hvad/indhold	Hvordan/organisering
5 min.	INTRO Læreren gentager det overordnede tema og undertema fra modul 1. Eleverne kan evt. spørges om: Hvad er det gode ved bordtennis? Hvem går mest til bordtennis i Danmark – og hvorfor?	Samlet/plenum
15 min.	BORDTENNISOST Der markeres ostebaner i hallen, eller gymnastiksalen. De kan markeres med kridt eller fx malertape. Herefter skal de spille ost med bordtennisbat og efter samme regler som den "almindelige" ostebane de kender fra skolegården. Der er fokus på at arbejde godt med benene.	Øvelsen passer fint med ca. 6 elever i hver gruppe.
20 min.	FORHÅND, BAGHÅND, SERV Eleverne arbejder med forhånd, baghånd og serv, på samme måde som i modul 1, men i kortere tid.	
30 min.	SPILUDVIKLING Gruppen skal udvikle et lille spil, der gerne må ligne almindelig bordtennis, men med nogle få ændringer, hvor eleverne tænker lidt ud af boksen. Eleverne kan evt. bruge Aktivitetshjulet, hvor de fx kan ændre på regler, måden man er sammen på. Skal man spille hånd i hånd og to mod to eller andet, der kan give grin og smil på læben. Det er ikke altid, at ens ændringer gør spillet så sjovt, som man havde forestillet sig, men det er helt ok, og det er der masser af læring i. Det er heller ikke sikkert, at man er enige om, hvad der er sjovt, hvilket kan give nogle spændende refleksioner eleverne imellem. Eleverne må meget gerne prøve hinandens ideer af og give respons.	Grupper á 4 elever Link til Aktivitetshjulet: https://skoleidraet.dk/idraetsfaget/omraader/inspiration-og-materialer/teori-og-didaktiske-modeller/aktivitetshjulet/
5 min.	OUTRO Hvad har I lært? Hvad blev I opmærksomme på? Hvordan er det at ændre det almindelige kendte spil til noget andet, som måske slet ikke ligner?	Fun fact Spillet er blevet kaldt verdens hurtigste spil, fordi den 2,7 g lette bold i et hårdt smash opnår en fart af ca. 150 km/h.



Vildt fedt



dansk

Skoleidræt



Modul 3

9. klasse



Mål for dette modul : Eleverne skal eksperimentere med små spil, som de kan udvikle på undervejs.

Tid	Hvad/indhold	Hvordan/organisering
Før: 10 min	Læreren gentager det overordnede tema og undertema fra modul 1 og 2. Eleverne kan spørges, om der er noget i forløbet, som de kan/vil gøre til en del af deres skolekultur?	Forslag til elevtekst. https://www.dgi.dk/bordtennis/bordtennis/artikler/bordtennis-hitter-blandt-boern-og-unge
15 min.	OPVARMNINGSSPIL Eleverne samlet i et afgrænset område med hver deres bat. De skal være fælles om at holde bordtennisbolden i luften, så den ikke rører gulvet, der må gerne bringes flere bolde ind. Man kan variere med, at eleverne kun må bruge forhånd, baghånd, de skal dreje rundt om sig selv, før de slår til den, de skal hinke osv.	Fælles eller i større grupper.
40 min.	UDFORDRING Eleverne skal nu sættes sammen så det passer med det antal borde, der er til rådighed. Oftest vil man skulle være ca. 4 ved hvert bord. Nu skal eleverne afprøve at spille med forskellige regler. Der kan fx spilles med at: Bolde, der afgøres med forhånden giver 2 point. - at man kun må stå på et ben. - at man skal spille med battet i modsatte hånd. - at man kun må serve én bestemt serv (som eleverne netop har øvet sig på!). - at den ene hånd skal holdes på hovedet, mens man spiller. - at man slår med en terning om stillingen inden man begynder. - at man skifter kongebord undervejs. Bed eleverne undervejs om selv at finde på flere små "benspænd" og udfordringer.	Grupper á ca. 4 elever.
10 min.	OUTRO Hvad har eleverne lært? Eleverne kan evt. præsenteres for Aktivitetshjulet, så de ud fra det kan fortælle, hvilke justeringer, de har foretaget sig i deres spiludvikling.	Fælles



Vildt fedt



dansk

Skoleidræt



Modul 4

9. klasse



Mål for dette modul : Eleverne skal udvikle og afprøve små bordtennislignende spil

Tid	Hvad/indhold	Hvordan/organisering
5 min.	INTRO Tal med eleverne om det overordnede tema: Idræt og kultur Hvilke forskelle er der på at gå til bordtennis og f.eks. Fodbold eller håndbold?	Lærer
10-15 min.	OPVARMNINGSØVELSE Lav et lille afgrænset område, hvor spillerne går rundt imellem hinanden, mens de skiftevis spiller med forhånd og baghånd og samtidig er i bevægelse uden at gå ind i andre.	Alle
20 min.	Grupper med 4 elever i hver skal udvikle en aktivitet med bordtennislignende elementer. De skal nå at afprøve og justere deres lille spil, så de kan vise og præsentere for andre.	4 og 4
30 min.	PRÆSENTATION Eleverne skiftes til at præsentere deres små spil og alt efter hvordan tiden er, så kan eleverne afprøve hinandens ideer. Man kan evt. lade dem gå sammen med en partnergruppe, hvis det passer bedre tidsmæssigt.	
5-10 min.	OUTRO Hvordan har forløbet været? Hvad er det vigtigste de har lært? Er der noget fra forløbet, som de kan tage med i andre sammenhænge?	Lærer



Vildt fedt



dansk

Skoleidræt



SÅDAN SERVER DU I BORDTENNIS

Wuuhuu
↙

For nogle virker det måske nemt at serve i bordtennis. Men det er noget der kan kræve rigtig meget træning, og det kræver, at man kender til reglerne for en serv. Reglerne er avancerede og svære at huske. Det grundlæggende er:

Bolden skal ligge på serverens åbne håndflade.

Bolden skal kastes tæt på lodret op i luften. Mindst 16 cm, man må ikke skrue bolden i opkastet, dvs. at man ikke må få bolden til at lave omdrejninger i luften.

Bolden skal i opkastet, være bag baglinjen af ens egen bordhalvdel, og den må heller ikke være under ens bord. Bolden må heller ikke være skjult fra modstanderen.

Når man har kastet bolden op i luften, skal man slå til den, så den først rammer ens egen bordhalvdel, derefter skal den ramme ens modstanders bordhalvdel. Hvis man spiller double, skal bolden serves fra ens højre bordhalvdel, til den venstre side af den anden bordhalvdel. Der er en streg på midten af bordet, der indikerer halvdelene.

Hvis bolden snitter kanten af nettet, og derefter rammer den anden spillers bordhalvdel er der netserv. Det betyder, at serveren skal serves om.

Det er de grundlæggende regler for at serve i bordtennis. Der er selvfølgelig mange forskellige måder at ramme bolden med battet på. Til at starte med kan det være godt at ramme bolden cirka lige på. Når man bliver lidt bedre til at serve, kan man begynde at eksperimentere med at ramme bolden forskellige steder, for at få skru på den. Hvis man fx rammer bunden af bolden med et nogenlunde fladt liggende bat, kan man lave underskru.



Vildt fedt



dansk

Skoleidræt

