

Dansk Skoleidræts tjekliste til prøven i idræt – ELEVER

- ✓ I skal forberede jeres aktive område, så alt er klart, når jeres prøvetid starter. Hvis I skal være flere forskellige steder, skal I være sikre på, at der ikke er andre, der fjerner jeres baner eller andet.
- ✓ Sørg for, at I har styr på alle de redskaber, bolde osv., som I skal bruge. Tjek på forhånd, at der er luft i bolde, at airtracken er pumpet op o.l.
- ✓ Der skal være styr på teknikken og evt. hjælpere. Husk at musik og evt. videoklip skal være downloadet på forhånd – I må ikke gå på nettet under prøven.
- ✓ I skal have helt styr på tiden og rækkefølgen i jeres program. Bruger I lige lang tid på begge indholdsområder? Ved alle i gruppen + evt. hjælpere, hvad de skal lave hele tiden?
- ✓ Hvordan kommer I fra den ene aktivitet til den næste, og er der en god og naturlig progression i rækkefølgen?
- ✓ Vær sikker på, at I udfylder al den tid, som I har til praksisprogrammet – det skal være på minuttet!
- ✓ Sørg for, at man tydeligt kan se, hvilket tema I har valgt. Stil jer selv spørgsmålet: "Hvorfor er netop denne øvelse med i forhold til vores tema?" Alle jeres øvelser, aktiviteter og spil skal vise jeres tema.
- ✓ Forbered på forhånd jeres mundtlige del, så I er sikre på, at alle får lige meget taletid til at starte med. Hav gerne modeller og stikord med, men ikke hele manuskripter. Det er en god idé at starte med at forklare, hvorfor I har valgt at tage de forskellige øvelser, spil og aktiviteter med i jeres program i forhold til indholdsområder og tema. Sørg også for, at der er tid til, at lærer og censor kan stille spørgsmål, så I kan have en reflekterende samtale.
- ✓ Husk at medbringe en ny disposition til både lærer og censor, hvis I har ændret noget i den første disposition, som I har afleveret. Fremhæv eventuelt ændringerne i den nye disposition, så lærer og censor hurtigt kan danne sig et overblik over ændringerne.
- ✓ Overvej på forhånd, om I vil tage noget bestemt tøj på. Vil I fremhæve et fælles udtryk i gruppen, eller vil I bevidst være forskellige?
- ✓ Husk at have styr på hår, øreringe/smykker, passende fodtøj, vandflaske og nul tyggegummi.
- ✓ Hold styr på jeres tid og nyd, at I er et team, der støtter og hjælper hinanden med at få en rigtig god oplevelse med prøven.

God fornøjelse med prøven i idræt 😊