

# Kaosboldspil aktivitetshæfte

Indhold	Side
Aktiviteternes didaktiske ramme	2
Kaosspil fagbegreber	3
Grundspil: 4 mod 0 - mønsterbold	4
Grundspil: 4 x 4 mod 0 - mønsterbold	6
Grundspil: 4 x 3 mod 1	7
Grundspil: 5 mod 3 - partibold	8
Grundspil: 4 mod 4 - partibold	9
Grundspil: 4 mod 4 – partibold med observationsmakker	10
Grundspil: 4 mod 4 – partibold observationsark	11
Ultimatebold: grundopstillinger	12
Timeout grundspil	13
Gennembrud – basiselementer	14
Gennembrud: Angrebsmønstre 3 mod 2	16
Gennembrud: 5 mod 3 med scoringszone	17
Gennembrud: 5 mod 3 med scoringsfelter	18
Timeout grundspil	19
Ultimatebold regler	20
Kaosspil - opsamling	21

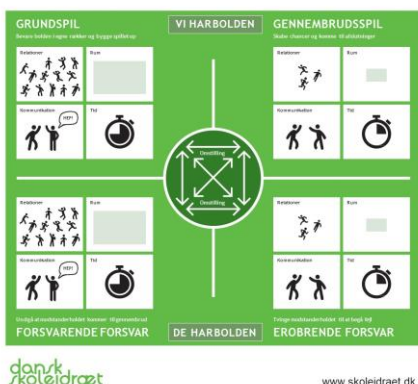
# Aktiviteternes didaktiske ramme

- **Faste teams:** Inddel eleverne i faste teams gennem hele forløbet, hvor ultimatebold er det færdige spil man arbejder frem imod. Taktiske bevægelsesmønstre er altid relationelle dvs. afhængige af hinanden. Ved at arbejde i teams, kan eleverne lave taktiske aftaler, afprøve dem, justere dem, afprøve dem på ny og få et fælles sprog om teamets spillestil.
- **Få øvelser:** Brug få øvelser i forløbet, men ændre dit fokus i øvelsen. Man kan spille partibold, hvor man fx har opmærksomheden rettet mod; verbal/ nonverbal kommunikation, spilbarhed osv. Eleverne skal således ikke bruge energi på at lære reglerne i en ny øvelse, men kan ændre deres fokus i øvelsen.
- **Præsenter ultimatebold tidligt:** Start tidligt i forløbet med at præsentere ultimatebold som det spil, man i sidste ende skal kunne deltage i. Derigennem bliver det lettere at skabe sammenhæng mellem øvelser og situationer i spillet, som man er ved at øve.
- **Timeout:** Brug timeouts til at teams kan reflektere sammen om hvad de gør. Det er vigtigt, at timeouts er relateret til lektionens/ øvelsens fokus som fx på gennembrudsspil og hvordan teamets bevægelsesmønstre fungerer i denne fase. Det er ligeledes vigtigt at holde eleverne op på de spørgsmål, der bliver stillet, så de ikke taler om forsvar, når der bliver spurgt ind til gennembrudsfasen.
- **Kaste-gribe:** Aktiviteterne er tilrettelagt som kaste-gribe aktiviteter, idet dette falder eleverne lettest. Derved er deres fokus ikke på tekniske udfordringer, men kan rettes mod udvikling af taktiske elementer. Men aktiviteterne kan uden videre også anvendes inden for de traditionelle kaosboldspil som fx hockey, floorball, fodbold, basketball eller håndbold.

# Kaospil fagbegreber

Som udgangspunkt er fagbegreberne i dette forløb baseret på modellen ”Kaospil – spilfaser”. Desuden vil der også blive relateret til fagbegreber, som kan findes på modellerne ”Boldspilsfamilier” og ”Den Dynamiske Boldspilstrappe”, som begge er på Boldspilsdugen.

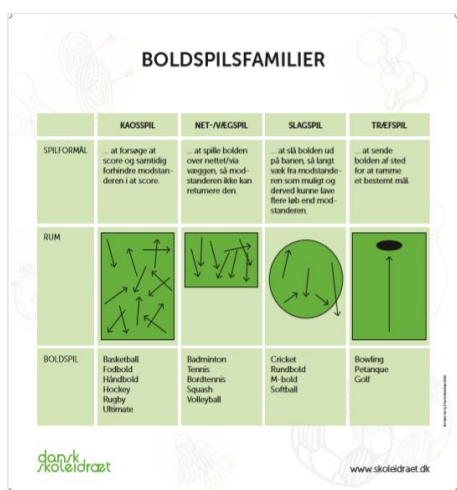
## KAOSSPIL - SPILFASER



## Centrale fagbegreber

- Spilfaser: Grundspil, gennembrudsspil, forsvar og omstilling
- Optiker: Rum, tid, relation og kommunikation.
- Spilhandlinger: Spilbarhed, overlap, bandespil, krydsløb, modløb.

Modellens formål er, at eleverne kan skabe bedre overblik, når de spiller kaospil. Dermed bliver deres handlinger på banen mere hensigtsmæssige og giver mere mening for dem.



## Centrale fagbegreber

- Boldspilsfamilier: Kaospil, net-/vægspil, slagspil og træfspil

Modellens formål er, at eleverne kan skabe bedre overblik over forskellige typer af boldspil og hvad der kendetegner de forskellige boldspilsfamilier. Det er kun boldspilsfamilien ”Kaospil”, der er relevant i dette forløb.

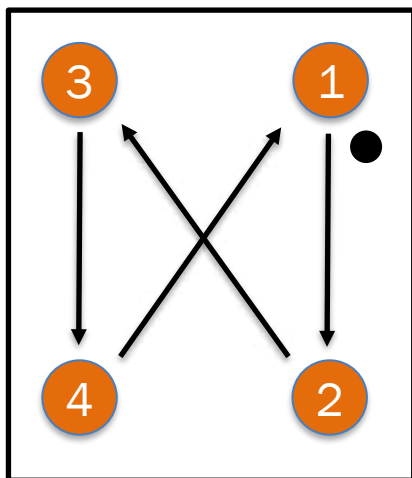


## Centrale Fagbegreber

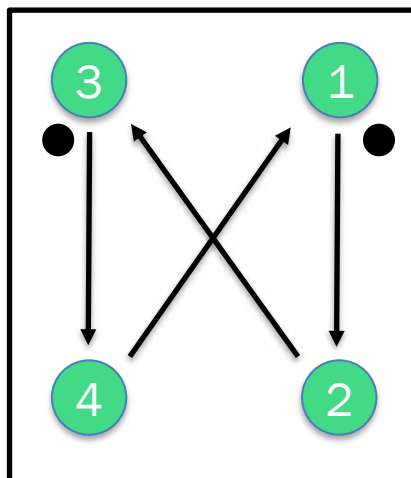
- Medspil vs. modspil & formel vs. funktionel
- Motoriske grundbevægelser, Boldtilvænnning, Medspilsøvelser, Modspilsøvelser, Småspil og før-færdige-spil, Færdige spil.

Modellens formål er, at eleverne kan skabe bedre overblik over måder at organisere boldspil på og at nogle aktiviteter er mere komplekse (færdige spil) og nogle aktiviteter er mindre komplekse. Idrætslæreren kan også anvende modellen for at tilrettelægge en hensigtsmæssig progression i et forløb.

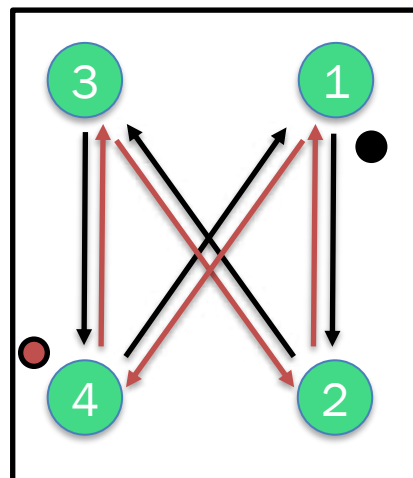
# 4 mod 0 - Mønsterbold



Aktivitet 1



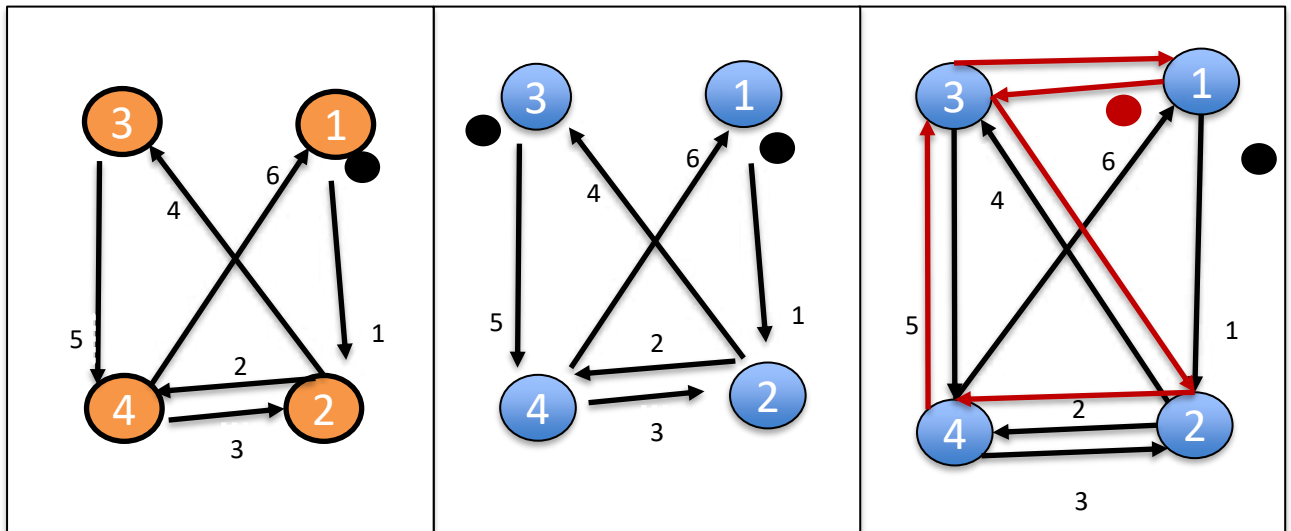
Aktivitet 2



Aktivitet 3

Kategorisering & fagbegreber	Dynamisk Boldspilstrappe: Medspilsøvelser. Kaospil: Grundspil, kommunikation (verbal og nonverbal).
Aktivitetens formål	Formålet er, at eleverne bliver bedre til at kommunikere verbalt og nonverbalt i en forenklet ramme. Aktiviteterne stiller store krav til, at eleverne har øjenkontakt med hinanden, når de afleverer og modtager bolde.
Igangsætning	Eleverne fordeles ligeligt på mindre baner og skal spille bolden rundt i et bestemt mønster. Hver elev på holdet får et nummer (fra fx 1-4) og bolden skal så spilles rundt fra eleven med nr. 1 til nr. 2 til nr. 3, til nr. 4 og til nr. 1 etc. Eleverne skal have fokus på, at bolden spilles hurtigt og sikkert rundt. OBS: Aktiviteten vil ofte være meget stillestående i starten. Derfor skal der være en regel om, at alle elever hele tiden skal være i bevægelse og skifte positioner.
Timeout	Der tages timeout efter få minutter, hvor hver gruppe kan forholde sig til: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvilke krav stiller aktiviteten til jeres kommunikation?</li> <li>• Hvordan kan du selv blive mere tydelig i din kommunikation til dine medspillere?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med at spille bolden til hinanden hurtigt og sikkert?</li> </ul>
Rum	Ca. 10 x 10 m, ½ volleyball eller badmintonbane
Justeringer og progression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der skal være min. 3 meters afstand til den nærmeste medspiller. (<i>Dette fremmer at eleverne skal orientere sig i rummet og bevæge sig i det frie rum</i>).</li> <li>• Prøv samme aktivitet, hvor man a) ikke må kommunikere verbalt b) skal begrænse sin nonverbale kommunikation.</li> <li>• I aktivitet 2 spilles med 2 bolde, hvor bold 2 sættes i gang samtidig med bold nr. 1, blot fra elev nr. 3. Dette indebærer, at der er mindre tid og at eleverne skal hjælpe hinanden ved at være meget verbale og opmærksomme nonverbalt (øjeblik).</li> <li>• I aktivitet 3 spilles med 2 forskellige bolde (enten farve, str. eller type). Den ene bold spilles i den "rigtige" retning (1 → 4), mens den anden bold spilles i modsat retning (4 → 1). Med denne justering skal der både være fokus på kommunikation samtidig med, at der stilles større krav til spilopfattelsen (opfatte, vurdere, beslutte og handle).</li> </ul>

# 4 mod 0 - Mønsterbold



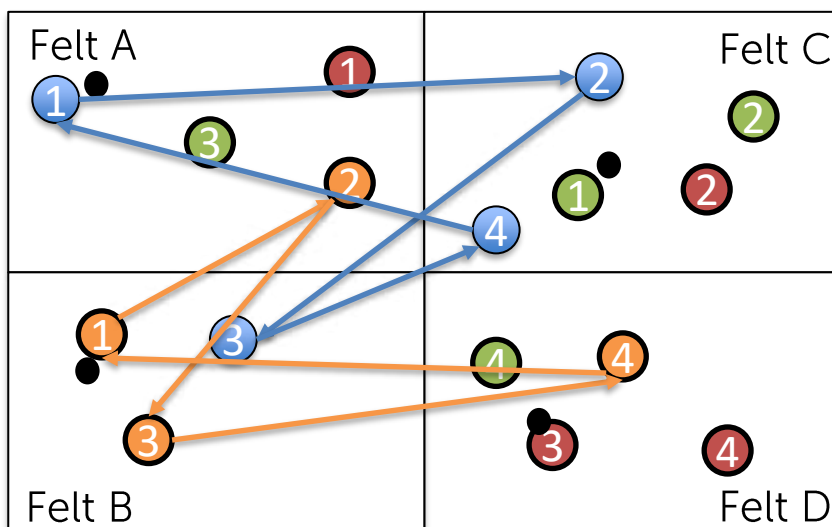
Aktivitet 4

Aktivitet 5

Aktivitet 6

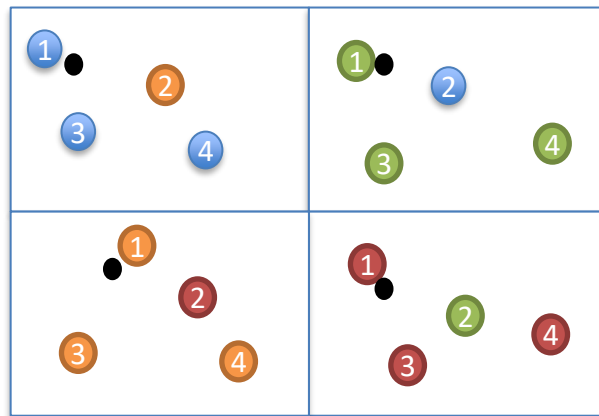
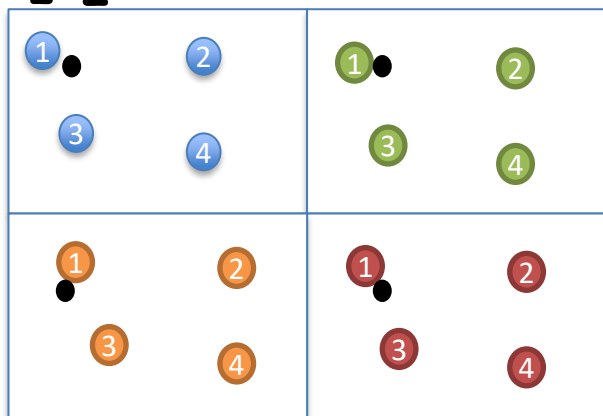
Kategorisering & fagbegreber	<i>Dynamisk Boldspilstrappe:</i> Medspilsøvelser. <i>Kaospil:</i> Grundspil, kommunikation (verbal og nonverbal).
Aktivitetens formål	Formålet er, at eleverne bliver bedre til at kommunikere verbalt og nonverbalt og samtidig har fokus på, at bolden skal spilles i et bestemt mønster. Aktiviteten stiller store krav til, at eleverne har øjenkontakt med hinanden, når de afleverer og modtager bolde og hjælper hinanden med at huske boldens spilmønster.
Igangsætning og organisering	I aktivitet 4 skal eleverne selv udvikle et mønster, som bolden skal kastes i. De starter med at kaste en bold i dette mønster. Derefter udvides aktiviteten med flere bolde, der følger samme mønster eller bolde, der bliver spillet i andre mønstre. Aktiviteten stiller større krav til at huske boldens spilmønster. Derfor er det helt legitimt, at der er mindre fysiske aktivitet.
Timeout	Når aktiviteten har været i gang i nogle få minutter tages der timeout, hvor hver gruppe kan forholde sig til: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvilke krav stiller aktiviteten til jeres kommunikation?</li> <li>• Hvor kan du selv blive mere tydelig i din kommunikation?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med at spille bolden rundt hurtigt?</li> </ul>
Rum	Ca. 10 x 10 m, ½ volleyball eller badmintonbane
Justeringer og progression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I aktivitet 5 spilles med 2 bolde, hvor bold 2 sættes i gang samtidig med bold nr. 1 blot fra elev nr. 3. Dette indebærer, at der er mindre tid og at eleverne skal hjælpe hinanden ved at være meget verbale og opmærksomme nonverbalt (øjeblikkontakt).</li> <li>• I aktivitet 6 spilles med 2 forskellige bolde (enten farve, str. eller type). Den ene bold spilles i et selvbestemt vilkårligt mønster, mens den anden bold spilles i et andet vilkårligt mønster.</li> </ul>

# 4x4 mod 0 - Mønsterbold



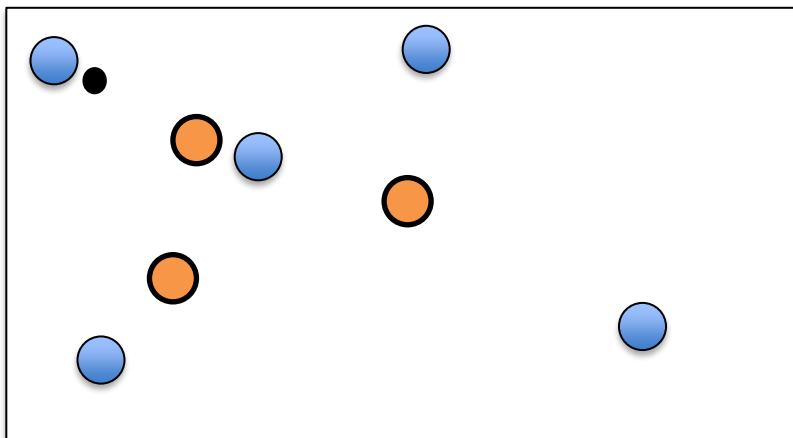
Kategorisering & fagbegreber	<i>Dynamisk Boldspilstrappe:</i> Medspilsøvelser. <i>Kaospil:</i> Grundspil, kommunikation (verbal og nonverbal), spilbarhed.
Aktivitetens formål	Formålet er, at eleverne bliver bedre til at kommunikere verbalt, nonverbalt og gør sig spilbare. I 4 x 4 mod 0 er der flere relationer på banen, hvilket stiller større udfordringer til at tage initiativ og vise sig for hinanden. De mange medspillere og modspillere (relationer) på banen indebærer, at spillerne i højere grad skal kunne selektere i alle de informationer, de får. Hvem er vigtig at holde øje med, og hvem er ikke vigtig?
Igangsætning og organisering	Aktiviteten er principielt set den samme som mønsterbold aktivitet 1, dog med de justeringer, at 1) spillerne har et større område, de må bevæge sig på og 2) der er flere relationer på banen, der skal forholde sig til hinanden. Alle fire hold (blå, grøn orange og rød) skal hver især spille bolden i et enkelt mønster fra 1 → 4. Banen er inddelt i 4 felter (A,B,C,D), fordi aktiviteten kort efter igangsætning justeres til, at boldholderen, umiddelbart efter aflevering skal bevæge sig over i et nyt felt. Det nye felt må dog ikke være det felt, man lige har afleveret til. For at skabe endnu mere bevægelse og funktionalitet kan man også tilføje reglen om, at der ikke må være to spillere i samme felt. Den spiller, der har været længst tid i feltet skal over i et nyt felt, hvis de bliver to spillere i feltet.
Timeout	Der tages timeout, hvor hver gruppe kan forholde sig til: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvad gør du, for at gøre dig spilbar?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med, at spille bolden rundt hurtigt og sikkert?</li> </ul>
Rum	Ca. 20 x 20 m, 1 volleyball, 2 badmintonbaner
Justeringer og progression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der spilles med 2 bolde, hvor bold 2 sættes i gang samtidig med bold nr. 1 blot fra elev nr. 3 (figur 5). Dette indebærer, at der er mindre tid og at eleverne skal hjælpe hinanden ved at være meget verbale og opmærksomme nonverbalt (øjeblikkontakt). Aktiviteten minder om den, der er skitseret i figur 2.</li> <li>• Der spilles med 2 forskellige bolde (enten farve, str. eller type). Den ene bold spilles i et selvbestemt vilkårligt mønster mens den anden bold spilles i et andet vilkårligt mønster.</li> </ul>

# 4x4 mod 1 – Mønsterbold



Kategorisering & fagbegreber	<i>Dynamisk Boldspilstrappe: Medspilsøvelser/ modspilsøvelser. Kaospil: Grundspil/erobrende forsvar/omstilling, kommunikation (verbal og nonverbal).</i>
Aktivitetens formål	Formålet er, at eleverne øver at kommunikere verbalt og nonverbalt og gør sig spillbare for hinanden, når øvelsen går fra medspilsøvelse (4 mod 0) til modspilsøvelse (3 mod 1).
Igangsætning og organisering	Aktiviteten er principielt set den samme som aktivitet 1, hvor alle grupper spiller bolden rundt i en bestemt rækkefølge. På et tidspunkt siger læreren "2'er byt", hvorefter alle 2'ere på hvert team rykker over i et andet felt og skal jage bolden i 10 sekunder. Herefter vender de tilbage til eget felt igen. "Jægerne" får point, hvis de rører eller erobrer bolden under deres jagt i et andet felt. Under jagten må spillerne spille hinanden i vilkårlig rækkefølge.
Timeout	Når aktiviteten har været i gang i nogle få minutter tages der timeout, hvor hver gruppe kan forholde sig til: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvilke krav stiller aktiviteten til jeres kommunikation?</li> <li>• Hvor kan du selv blive mere tydelig i din kommunikation?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med at spille bolden rundt hurtigt og sikkert?</li> </ul>
Rum	Ca. 20 x 20 m, 1 volleyball, 2 badmintonbaner
Justeringer og progression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der spilles med 2 bolde, hvor bold nr. 2 sættes i gang samtidig med bold nr. 1 blot fra elev nr. 3.</li> </ul>

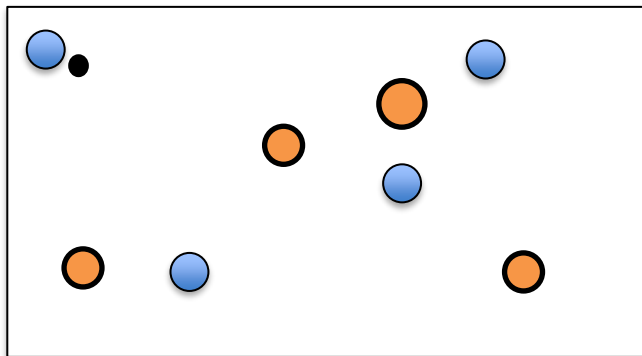
# 5 mod 3 - Partibold



Kategorisering & fagbegreber	<p><i>Dynamisk Boldspilstrappe:</i> Modspilsøvelse/ småspil.</p> <p><i>Kaospil:</i> Grundspil, rum, relationer, kommunikation (verbal og nonverbal)</p>
<p>Aktivitetsens formål</p>	<p>Formålet med partibold er, at eleverne bliver dygtigere til at indgå i grundspillet ved at udvikle deres færdigheder inden for kommunikation, tid, rum og relationer. Partibold er især god til at træne elevernes evne til at gøre sig spilbare. I 5 mod 3 aktiviteten bliver boldholderne presset lidt mindre, fordi de er i overtal.</p> <p><i>Kommunikationen</i> har fokus på at de guider og tale med hinanden samt har øjenkontakt med hinanden, når de afleverer bolden.</p> <p><i>Tid</i> har fokus på, at deres bevægelser på banen skifter rytme (langsom/hurtig), frem for, at de bevæger sig i jævnt tempo og bliver mere forudsigelige i deres spil.</p> <p><i>Rum</i> har fokus på, at de gør sig spilbare og anvender retningskift i forbindelse med deres bevægelser.</p> <p><i>Relation</i> har fokus på, hvordan de gør hinanden gode og bliver bevidste om, med hvem de har et godt samspil og hvor det er muligt at forbedre samspillet.</p> <p><b>OBS:</b> Husk kun at have fokus på en af optikerne ad gangen.</p>
<p>Igangsætning og organisering</p>	<p>I partibold skal man spille bolden rundt så mange gange som muligt fx 10 afleveringer i streg uden at det forsvarende hold får fat i bolden.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolden må kun kastes/ studs (dvs. <b>IKKE</b> dribble eller løbe med bolden).</li> <li>• Hvis forsvarsspilleren griber bolden eller bolden går ud over sidelinjen, starter det boldbesiddende hold igen fra 0 afleveringer.</li> <li>• Fysisk kontakt er ikke tilladt.</li> <li>• Afleveringer skal være studsafleveringer. (Den regel indebærer, at spillerne lære at gøre sig spilbare for hinanden og bevæger sig ud af afleveringskyggen.</li> </ul>
<p>Timeout</p>	<p>Når aktiviteten har været i gang i nogle få minutter tages der timeout, hvor hver gruppe kan forholde sig til:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvordan gør I jer spilbare for hinanden.</li> <li>• Hvor kan du selv blive mere tydelig i din kommunikation?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med at spille bolden rundt hurtigt og sikkert?</li> </ul>
<p>Rum</p>	<p>1 volleyball bane (mindre erfarne), 1 badmintonbane (mere erfarne)</p>
<p>Justeringer og progression</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A) Man må kun kommunikere verbalt B) man må kun kommunikere nonverbalt.</li> <li>• Forsvarsspillerne kan få bolden ved at tælle til 3 foran boldholderen.</li> </ul>

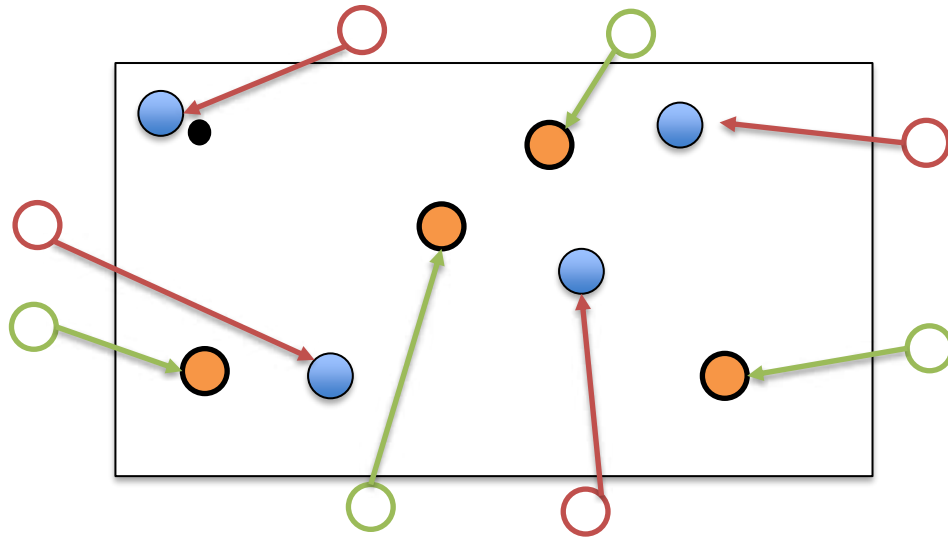


# 4 mod 4 - Mønsterbold



Kategorisering & fagbegreber	<i>Dynamisk Boldspilstrappe:</i> Modspilsøvelser. <i>Kaospil:</i> Grundspil, rum, relationer, kommunikation (verbal og nonverbal).
Aktivitetens formål	<p>Partibold er især god til at træne elevernes evne til at gøre sig spilbare og indgå i grundspillet. Formålet med partibold er, at udvikle elevernes færdigheder inden for kommunikation, tid, rum og relationer med henblik på at indgå i aktivt i grundspillet. <i>Kommunikationen</i> har fokus på at de guider og tale med hinanden samt har øjenkontakt med hinanden, når de afleverer bolden.</p> <p><i>Tid</i> har fokus på, at deres bevægelser på banen skifter rytme (langsom/hurtig), frem for, at de bevæger sig i jævnt tempo og bliver mere forudsigelige i deres spil.</p> <p><i>Rum</i> har fokus på, at de gør sig spilbare og anvender retningskift i forbindelse med deres bevægelser.</p> <p><i>Relation</i> har fokus på, hvordan de gør hinanden gode og bliver bevidste om, med hvem de har et godt samspil og hvor det er muligt at forbedre samspillet.</p> <p><b>OBS:</b> Husk kun at have fokus på en af optikerne ad gangen.</p>
Igangsætning og organisering	<p>Partibold handler om, at man skal forsøge at spille bolden rundt så mange gange som muligt fx 10 afleveringer i streg.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolden må kun kastes (dvs. <u>IKKE</u> dribble eller løbe med bolden). Prøv evt. at bolden kun må studs.</li> <li>• Hvis forsvarsspilleren griber bolden eller bolden går ud over sidelinjen, starter det boldbesiddende hold igen fra 0.</li> <li>• Fysisk kontakt er ikke tilladt. (En regel, der er svær at overholde – men vigtigt at gøre dem opmærksomme på.</li> <li>• Afleveringer skal være studsafleveringer. (Den regel indebærer, at spillerne lære at gøre sig spilbare.</li> </ul>
Timeout	<p>Når aktiviteten har været i gang i nogle få minutter tages der timeout, hvor hver gruppe kan forholde sig til:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvilke krav stiller aktiviteten til jeres kommunikation?</li> <li>• Hvor kan du selv blive mere tydelig i din kommunikation?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med at spille bolden rundt hurtigt og sikkert?</li> </ul>
Rum	1 volleyball bane (mindre erfarne), 1 badmintonbane (mere erfarne)
Justeringer og progression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktivitetens justeringer tager afsæt i de optiker man har fokus på.</li> <li>• Vær opmærksom på at der er god balance mellem at lave 10 afleveringer og muligheden for at erobre bolden og at alle deltagere er involveret i spillet.</li> </ul>

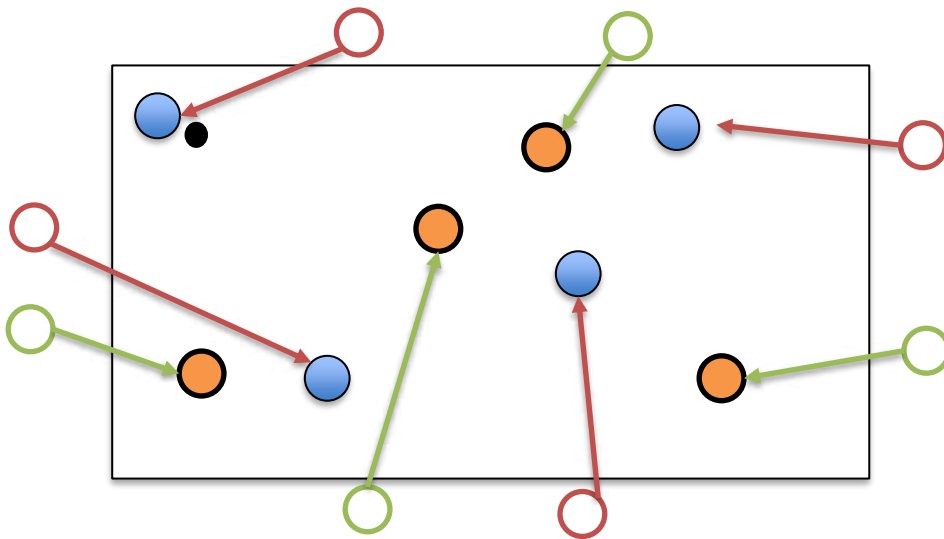
# 4 mod 4 – Partibold m. observationsmakker



Kategorisering & fagbegreber	<i>Dynamisk Boldspilstrappe:</i> Modspilsøvelser. <i>Kaospil:</i> Grundspil, rum, relationer, kommunikation (verbal og nonverbal)
Aktivitetens formål	Formålet med partibold med observationsmakker er, at eleverne bliver dygtigere til at observere spillet og derigennem forstår det bedre. Desuden lærer de også, at anvende fagtermer i deres feedback. Når man giver feedback til andre tænker man også på hvad man selv gør i forskellige situationer. Derfor bliver spillerne også selv mere bevidste om egne handlinger i spillet.
Igangsætning og organisering	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Del gruppen op i 4 hold. Hold 1 (blå) spiller mod hold 2 (orange).</li> <li>• Hold 3 (rød) observerer hold 1 og hold 4 (grøn) observerer hold 2.</li> <li>• Alle observatører finder en spiller de skal have fokus på. Vælg et af område ad gangen fra observationsarket (kommunikation, rum, tid og relationer) som de skal observere på og efterfølgende give feedback.</li> <li>• Timeout og feedback fra observatører til spillerne (ca. 2-4 min)</li> <li>• Efter feedback spiller hold 1 og hold 2 igen, så de kan forsøge at omsætte deres feedback til nye handlinger.</li> <li>• Når observatørerne har været igennem et punkt (fx kommunikation) byttes der rundt således at hold 3 og 4 (observatører) nu spiller og hold 1 og hold 2 (spillerne) observerer og giver feedback.</li> </ul>
Timeout	Brug observationsarket.
Rum	1 volleyball bane (mindre erfarne), 1 badmintonbane (mere erfarne).
Justeringer og progression	

# 4 mod 4 – Partibold

## observationsark



- 1) Aftal på holdet, hvem, der observerer hvem.
- 2) Brug de nedenstående punkter til at observere og give feedback bagefter.

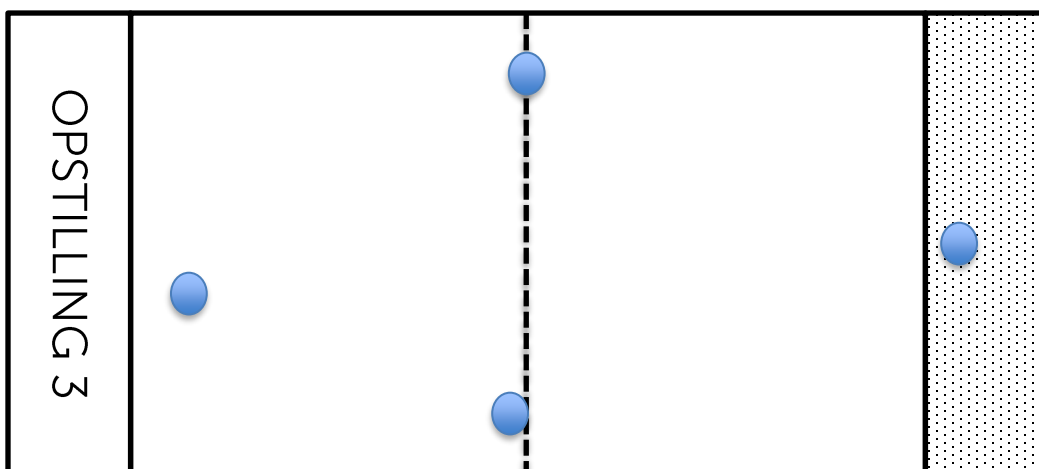
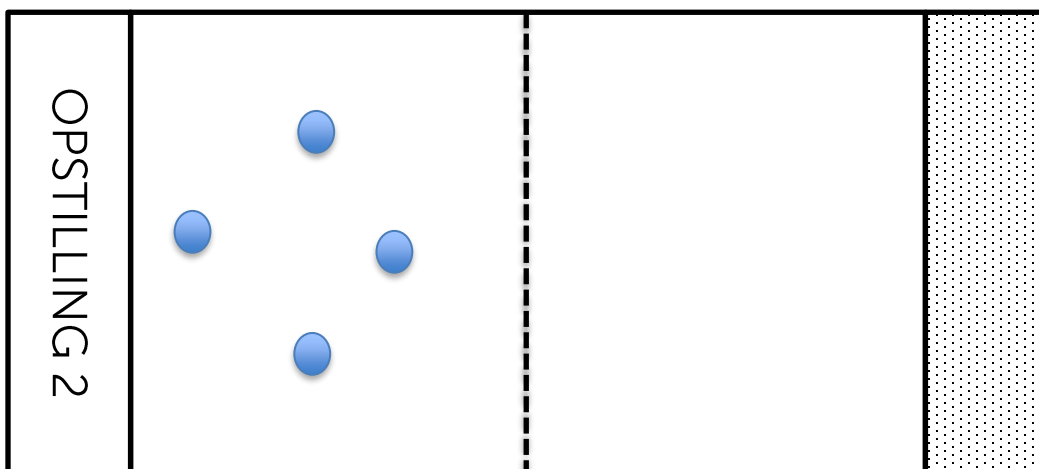
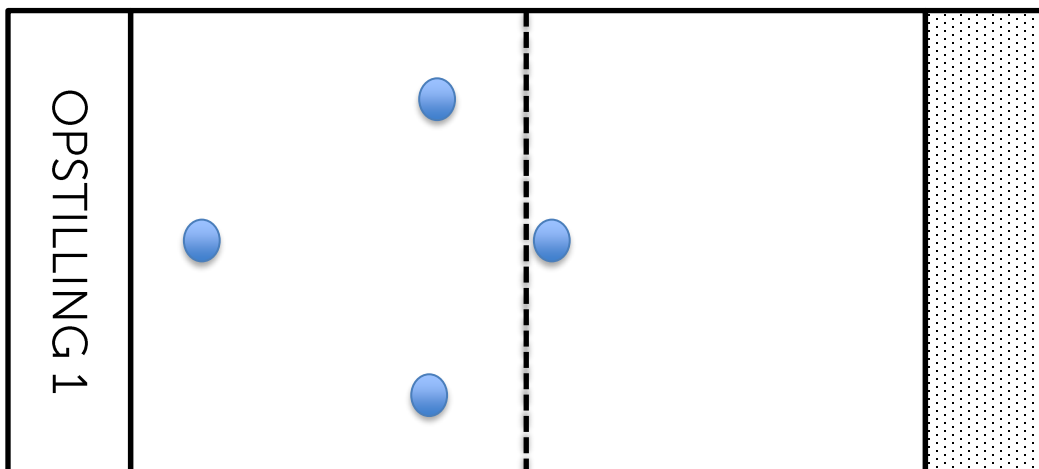
### Observationsspørgsmål

<b>Kommunikation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvornår siger din spiller noget under spillet? (fx "hej", "lige ned"...)</li> <li>• Hvordan er din spillers kropssprog? Viser spilleren tydeligt, hvad han/hun gør eller har tænkt sig at gøre? (fx pege hvor man løber hen, eller hvor man vil modtage bolden)</li> </ul>
<b>Rum (bevægelser på banen)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvor bevæger din spiller sig på banen? Foregår bevægelsen på hele området eller et mindre område på banen?</li> <li>• Hvordan bevæger din spiller sig på banen for at gøre sig spilbar (modtage bolden) for boldholderen?</li> <li>• Hvordan laver din spiller retningsskift for at snyde modstanderen?</li> </ul>
<b>Tid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I hvilket tempo bevæger din spiller sig på banen? Er det hurtigt, langsomt eller skiftevis hurtigt og langsomt (temposkift)?</li> </ul>
<b>Relationer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvem er din spiller god til at spille sammen med? Hvad kan det skyldes?</li> <li>• Hvem kan din spiller forbedre sammenspillet med? Hvordan kan de gøre det?</li> </ul>

# Grundopstillinger

Hvad er fordelene og ulemperne ved opstillingerne?

Hvilken opstilling i grundspilsfasen prøver I at arbejde hen imod?

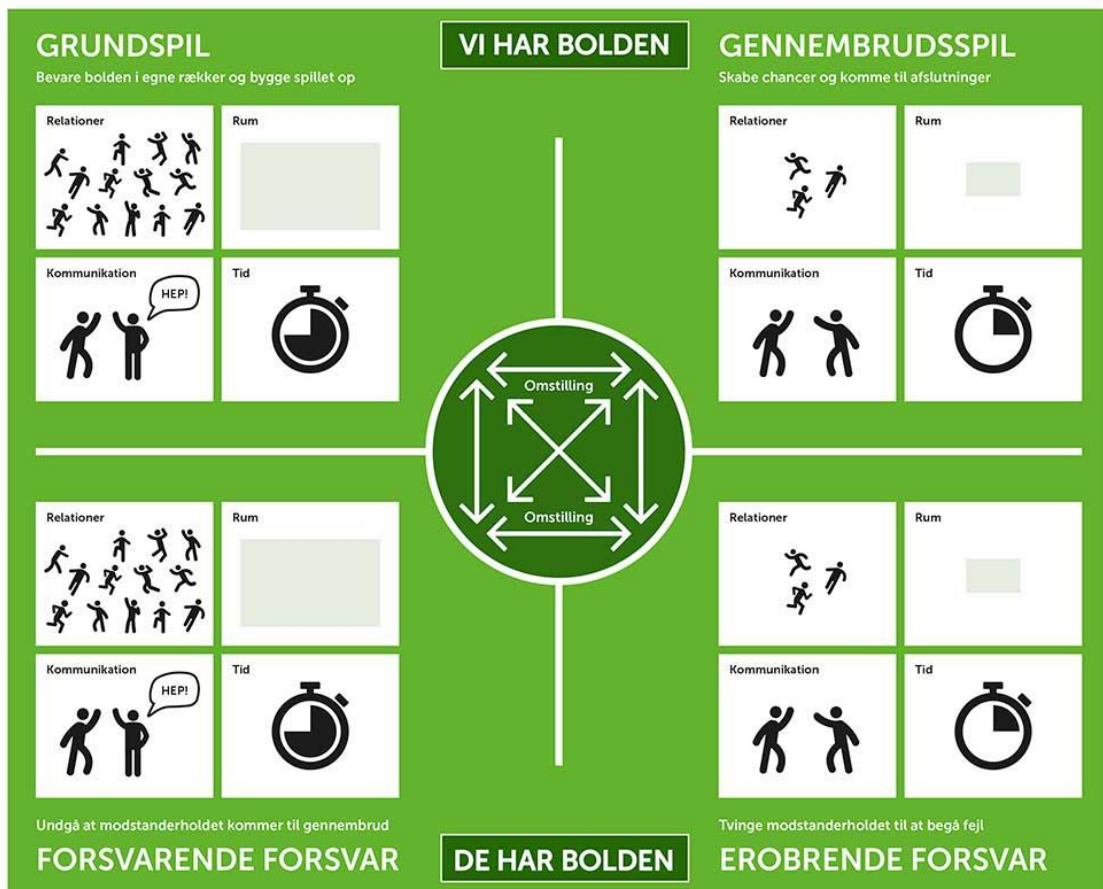


# Timeout grundspil

Hvor oplever du, at du er bedst i grundspillet?

Hvad er det vigtigste du skal blive bedre til i grundspillet?

## KAOSSPIL - SPILFASER

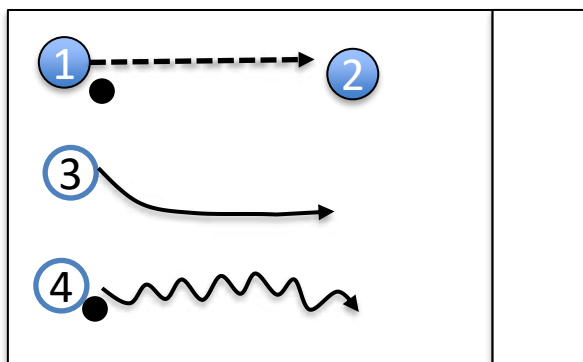


© Søren Sveine Hoyer, Andreas Bolding Christensen og Dansk Skoleidræt

[www.skoleidraet.dk](http://www.skoleidraet.dk)

# Basiselementer (1)

Aktiviteterne med basiselementer illustrerer meget forsimplede spilsituationer, og er her vist som aktiviteter uden modstandere eller med en enkelt forsvarsspiller. Dette med henblik på, at forstå ideen med handlingerne. I rigtige spilsituationer kan overlap, bandespil osv. anvendes i flæng med henblik på at komme til et godt gennembrud. Tanken er, at basiselementerne kun øves/ vises kort som de er illustreret her. Derefter afprøves situationerne for eksempel 4 mod 2 eller 5 mod 3 aktiviteter.

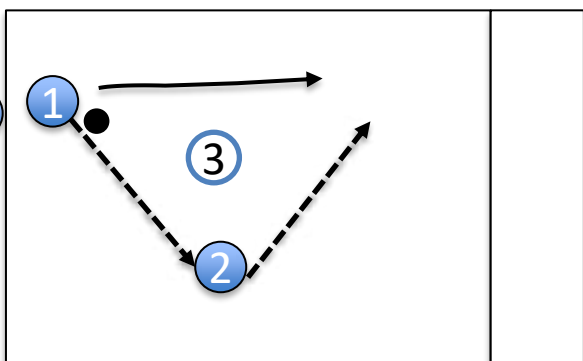


Figur 1: Forklaringer

Stiplet linje (1 → 2): spiller nr. 1 afleverer en bold til spiller 2.

Linje (3): spiller nr. 3 løber over til/ i den retningen som pilen peger.

Zig-zag linje (4): spiller nr. 4 løber med bolden/ dribler med bolden over til/ i den retningen som pilen peger.



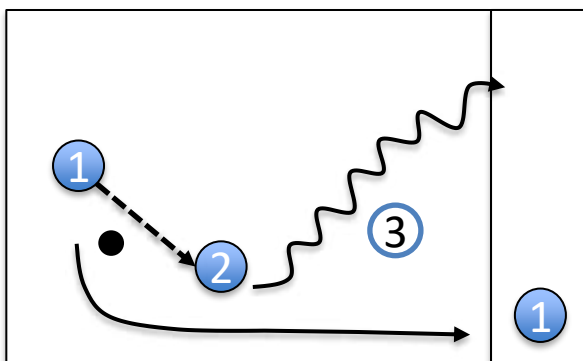
Aktivitet 1: Bandespil

## Hvorfor bandespil?

Formålet er, at boldholderne overspiller en modstander ved at samarbejde. Spiller 1 kaster bolden til spiller 2 og løber i sprint forbi modstanderen (3). Når spiller nr. 1 har fået et lille forspring til nr. 3 modtages bolden igen fra spiller nr. 2.

## Hvad er vigtigt?

Kommunikation, timing og temposkift.



Aktivitet 2: Overlap med aflevering

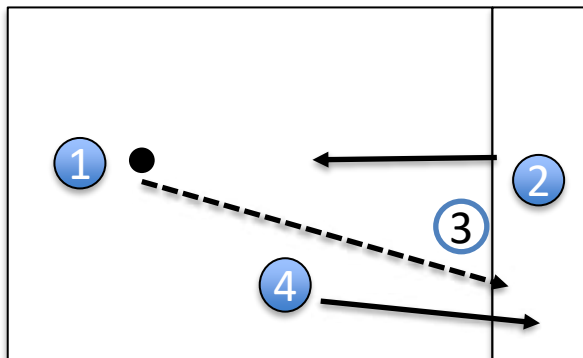
## Hvorfor overlap?

Formålet er, at boldholderne får skabt overtal på en side af eller et område på banen, således at den forsvarende spiller/ hold bliver i tvivl om, hvem der skal dækkes op. Overlap skaber både mulighed for en aflevering fra boldholder (2) til spilleren der overlapper (1) eller at boldholderen kan "gå selv", idet overlappet tiltrækker al opmærksomhed hos forsvarsspilleren.

## Hvad er vigtigt?

Kommunikation, timing og temposkift.

# Basiselementer (2)



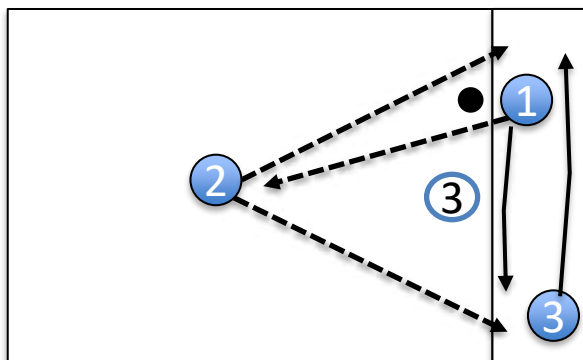
**Aktivitet 3: Modløb**

## Hvorfor modløb?

Formålet med modløbet er, at skabe forvirring hos modstanderne om hvem de skal dække op. Modløb er et løb på langs af banen (dybde), hvor to spillere skifter position. Spiller nr. 2 løber ned mod boldholderen (1). Forsvarsspilleren nr. 3 vil ofte følge med. Derfor opstår der et område i scoringszonen, som ikke er dækket op og som spiller 4 kan løbe ned i.

## Hvad er vigtigt?

Kommunikation, timing og temposkift.



**Aktivitet 4: Krydsløb**

## Hvorfor krydsløb?

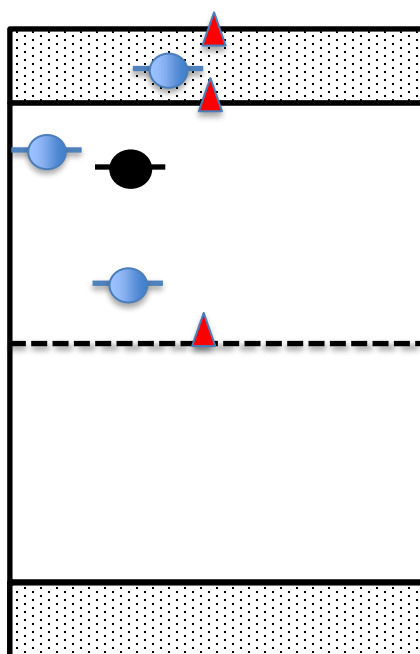
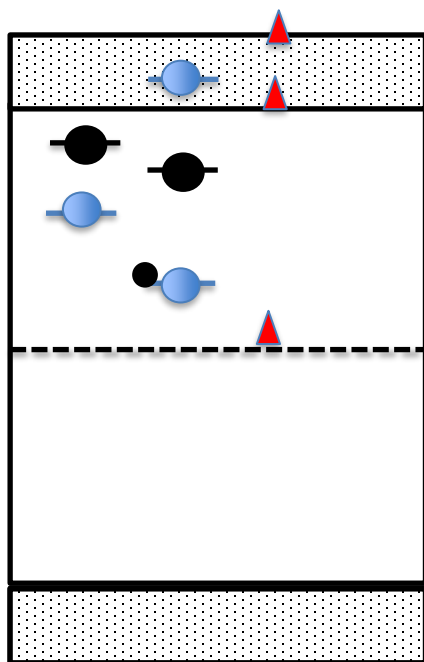
Formålet med krydsløbet er, at skabe frie rum på banen, som man kan løbe ind i, idet modstanderne gennem krydsløbet kan blive usikre på, hvem de skal dække op. Krydsløbet foregår på tværs af banen (bredde), hvor to spillere skifter position. Når de to krydsende spillere passerer hinanden opstår der ofte forvirring hos forsvarsspillerne om hvem der skal dækkes op. Denne forvirring kan bruges til at få et lille forspring til at modtage en aflevering.

## Hvad er vigtigt?

Kommunikation, timing og temposkift.

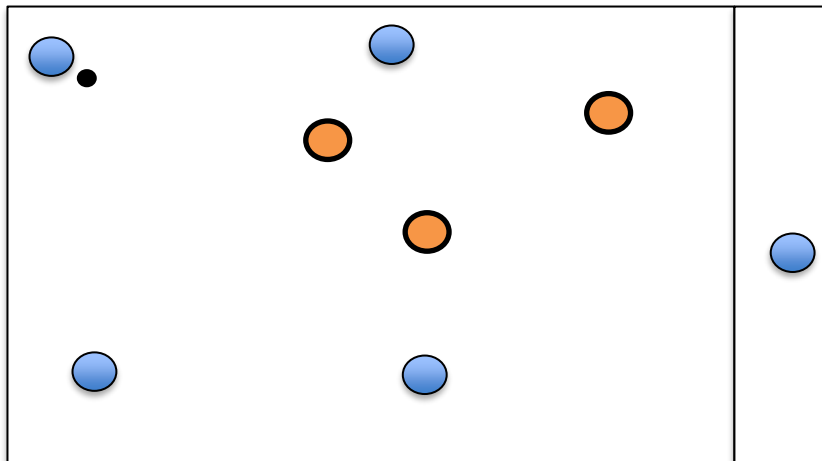
# 3 mod 2/3 mod 1

- I denne øvelse skal spillerne øve sig i at anvende de fire gennembrudsmønstre i lidt mere komplekse sammenhænge end i 4 mod 0/ 5 mod 0.
- Afhængig af gruppens størrelse kan man arbejde med 3 mod 2 eller 3 mod 1 med det formål, at man afprøver krydsløb, modløb, bandespil eller overlap.
- Man kan tilføje den regel, at der højst må stå en spiller i scoringszonen i 5 sekunder. Dette vil tvinge spillerne til at bevæge sig på banen.
- Gør banen lidt mindre med kegler (el lign), da der er færre spillere på banen. Start med 2/3 del af banens bredde i 3 mod 2 og 1/2 af banens bredde i 3 mod 1. Såfremt det er for svært gøres banen større. Såfremt det er for let af score gøres banen bredde mindre.



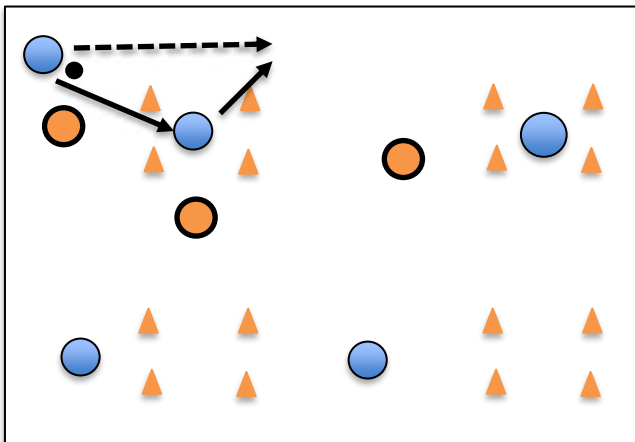


# 5 mod 3 – Med scoringszone

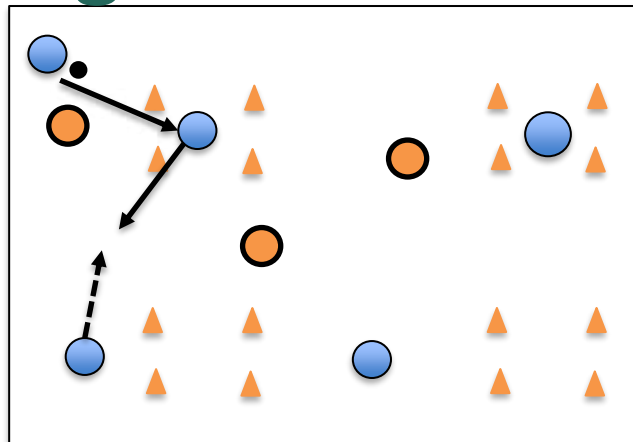


Kategorisering & fagbegreber	<i>Dynamisk Boldspilstrappe: Modspilsøvelse/ Småspil.</i> <i>Kaospil: Grundspil, rum, relationer, kommunikation (verbal og nonverbal)</i>
Aktivitetens formål	Formålet med 5 mod 3 er, at eleverne bliver dygtigere til at indgå i gennembrudsfasen. 5 mod 3 aktiviteten giver mulighed for at afprøve overlap, bandespil, kryds- og modløb i situationer, der i højere grad ligner det, de møder i det færdige spil. I 5 mod 3 kan der ligeledes sættes fokus på, hvordan eleverne anvender kommunikation, tid, rum og relationer.
Igangsætning og regler	I 5 mod 3 handler det om, at boldholderne (5 spillere) skal forsøge at komme til afslutning i scoringszonen. De 3 spillere er forsvarsspillere, og skal forsøge at forhindre de 5 spillere i at komme til en afslutning. Reglerne er identiske med de grundlæggende regler i hhv. partibold eller det færdige spil, ultimatebold. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolden må kun kastes (dvs. <u>IKKE</u> dribble eller løbe med bolden).</li> <li>• Fysisk kontakt er ikke tilladt.</li> <li>• Der må max være 1 spiller i scoringszonen og spilleren må højst være der i 5 sekunder.</li> </ul>
Time-out	Når aktiviteten har været i gang i nogle få minutter tages der timeout, hvor hver gruppe kan forholde sig til: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvordan gør I jer spilbare for hinanden?</li> <li>• Hvor kan du selv blive mere tydelig i din kommunikation?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med at spille bolden rundt hurtigt og sikkert?</li> </ul>
Rum	1 volleyball bane (mindre erfarne), 1 badmintonbane (mere erfarne)
Justeringer og progression	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A) Man må kun kommunikere verbalt B) man må kun kommunikere non-verbalt.</li> <li>• Forsvarsspillerne kan få bolden ved at tælle til 3 foran boldholderen.</li> <li>• Afleveringer skal være studsafleveringer. (Den regel indebærer, at spillerne lærer at gøre sig spilbare.</li> <li>• Man skal enten stå meget stille eller bevæge sig meget hurtigt. (tempo- og retningskift)</li> </ul>

# 5 mod 3 – Med scoringszone



Aktivitet 1: 5 mod 3, hvor den spiller der afleverer gerne må modtage bold igen.



Aktivitet 2: 5 mod 3, hvor den spiller der afleverer ikke må modtage bold igen.

<p>Kategorisering &amp; fagbegreber</p>	<p><i>Dynamisk Boldspilstrappe:</i> Modspilsøvelse/ Småspil. <i>Kaospil:</i> Grundspil, rum, relationer, kommunikation (verbal og nonverbal)</p>
<p>Aktivitetens formål</p>	<p>Formålet med scoringsfelterne er, eleverne lærer at tage initiativ og lærer at se hvilke områder på banen, hvor der er størst mulighed for at score. Aktiviteten udvikler også elevernes evne til at forudse, hvor de skal bevæge sig (anticipation), og giver også mulighed for, at de arbejder med deres nonverbale kommunikation, tempo- og rytmeskift. Aktiviteten giver også mulighed for at forsvarsspillerne skal tænke over, hvor på banen de skal være for at kunne forhindre scoringer.</p>
<p>Igangsætning og regler</p>	<p>I 5 mod 3 handler det om, at boldholderne (5 blå spillere) skal forsøge at komme til afslutning i et af scoringsfelterne. Forsvarsspillerne (3 orange spillere) skal forsøge at forhindre de 5 boldholdere i at komme til en afslutning i et af de fire felter. Man kan variere scoringsreglerne ved at arbejde med en progression, hvor man scorer ved 1) at gribe en aflevering i feltet (ikke illustreret ovenfor), 2) at gribe en aflevering og spille bolden ud af scoringsfeltet til samme spiller igen og 3) at gribe en aflevering og spille bolden ud af scoringsfeltet til en anden spiller. Reglerne er identiske med de grundlæggende regler i hhv. partibold eller det færdige spil, ultimatebold.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bolden må kun kastes (dvs. <u>IKKE</u> dribble eller løbe med bolden).</li> <li>• Fysisk kontakt er ikke tilladt.</li> <li>• Der må max være 1 spiller i scoringsfeltet og spilleren må højst være der i 5 sekunder.</li> </ul>
<p>Time-out</p>	<p>Når aktiviteten har været i gang i nogle få minutter tages der time-out, hvor hver gruppe kan forholde sig til:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvordan gør I jer spilbare for hinanden.</li> <li>• Hvor kan du selv blive mere tydelig i din kommunikation?</li> <li>• Hvordan kan I som team hjælpe hinanden med at spille bolden rundt hurtigt og sikkert?</li> </ul>
<p>Rum</p>	<p>1 volleyball bane (mindre erfarne), 1 badmintonbane (mere erfarne)</p>
<p>Justeringer og progression</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A) Man må kun kommunikere verbalt B) man må kun kommunikere non-verbalt.</li> <li>• Forsvarsspillerne kan få bolden ved at tælle til 3 foran boldholderen.</li> </ul>

# Timeout gennembrudsfase

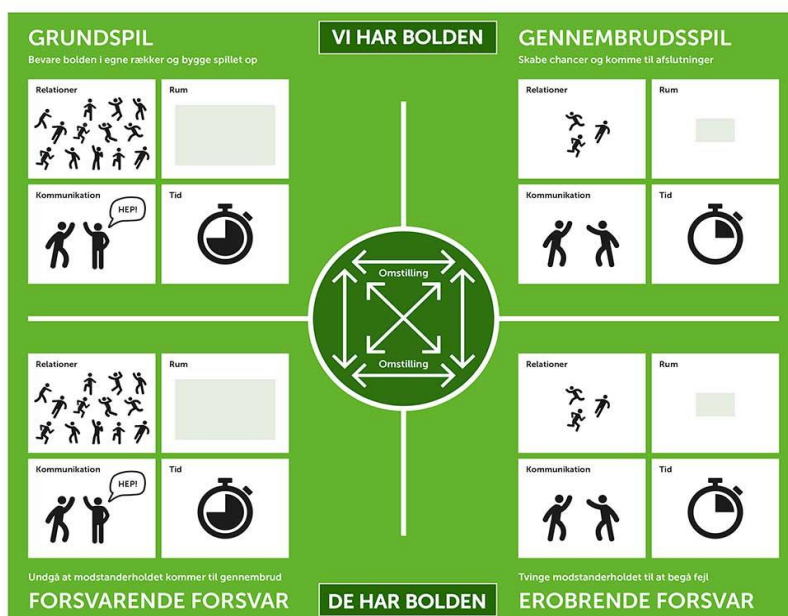
Hvad har jeg lært om gennembrudsfasen (overlap, bandespil, krydsløb eller modløb) i dag?

Hvad kan jeg gøre endnu bedre næste gang vi skal arbejde med gennembrudsfasen i ultimatebold?

Hvor har jeg udviklet mig mest i gennembrudsfasen?

Hvor har vi udviklet os mest i gennembrudsfasen?

## KAOSSPIL - SPILFASER

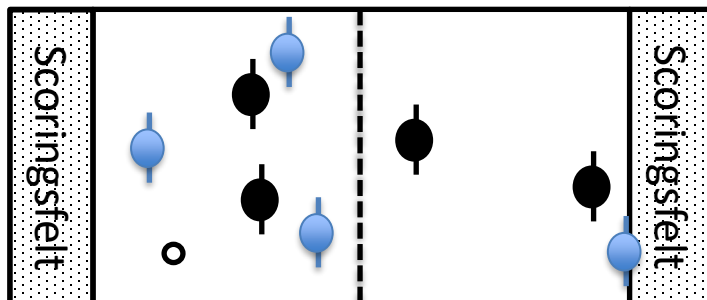


# Ultimatebold

**Spillets idé:** Spillet er et kaospil, hvor formålet er at score i modstandernes scoringszone.

**Antal spillere:** 2 hold med 4 – 6 spillere

**Bane** Banens dimensioner (4 mod 4): 18 x 9 meter (Volleyballbane)  
Scoringszone: ca. 9 x 2 meter bag ved volleyballbanens baglinje



**I gang-sætning** Spillet sættes i gang ved at begge hold er placeret i hver deres scoringsområde. Det ene hold kaster bolden over til det andet hold.  
Kastes bolden ud over sidelinje eller baglinje ved opgiverkastet uden at den har ramt banen, må modstanderholdet rykke frem til midterlinjen.

**Scoring:** Der scores ved, at en spiller kaster bolden ind i scoringsområdet, hvor den modtages af en medspiller. Medspilleren skal have begge fødder i scoringszonen for at scoringen tæller. Såfremt en fod har berøring med området udenfor scoringszonen under scoringsforsøget tæller scoringen ikke. Holdet forbliver dog i boldbesiddelse og kan forsøge sig på ny. Bolden skal gribes inden den rammer gulvet/ jorden eller efter en studsaflevering (aflevering, der kastes med retning mod jorden). Ved studsaflevering må bolden dog kun ramme jorden én gang for at scoringen tæller.

**Inde/ ude:** Bolden er ude, når den har passeret linjerne i fuldt omfang. Alle indkast tages ved midterlinjen og må spilles både frem og tilbage.  
Såfremt bolden slås ud i scoringsområdet af en forsvarsspiller, vil det forsvarende hold komme i boldbesiddelse og giver bolden op fra baglinjen.

**Andre regler:** *Transport af bolden:*

- Spilleren må højst tage 1 skridt med bolden i hænderne. (Stoppe sit løb)
- Der må kun dribles fremad på banen. Bolden må kastes i alle retninger, men må ikke spilles tilbage over midterlinjen.

**OBS: Kan forhandles med eleverne** *"Tackling":*

- Kropskontakt er ikke tilladt. Boldholderen kan forhindres i at dribble fremad af en modspiller, som placerer sig foran boldholderen og har ryggen til egen scoringszone. Boldholderen skal standse og aflevere bolden bagud (mod egen scoringszone) inden for 3 sek. eller til siden. Hvis modspilleren, der dækker boldholderen op når at tælle til 4 (langsomt), skal han have bolden. Hvis boldholderen standses i eget scoringsområde, må han gerne spille bolden fremad.
- Efter scoring byttes banehalvdel og det scorende hold sætter bolden i gang.

**Frikast** Alle frikast tages der, hvor forseelsen blev begået. Bolden skal omgående lægges ned, når der dømmes.

# Kaospil

Udfyld skemaet og beskriv den viden du har fået om kaospil og de færdigheder (noget du kan i spillet), du har fået i forbindelse med forløbet. Hvis der er begreber, I ikke har arbejdet med springer du bare over dem.

Begreb	Hvad ved jeg nu om ... som jeg ikke vidste før?	Hvad kan jeg nu ift ... som jeg ikke kunne før?
Grundspils-fase		
Gennembruds-fase		
Forsvarsfase		
Nonverbal kommunikation		
Verbal kommunikation		
Gøre mig spilbar		
Overlap		
Bandespil		
Roller på holdet		
Relationelle færdigheder		
Andet		