

Idrætsforløb til udskoling



 dansk  
**Skoleidræt**

# **HØVDINGEBOLD: DEN GODE MEDSPILLER**

BOLDBASIS OG BOLDSPIL

# DEN GODE MEDSPILLER

## Boldbasis og boldspil

### Tema og undertema

Ildræt og samarbejde - Den gode medspiller

### Indholdsområde

Boldspil og boldbasis med fokus på høvdingebold

### Tid

3 moduler af 75 minutters varighed

### Forløbsbeskrivelse

I dette forløb skal I arbejde med høvdingebold ud fra temaet ” den gode medspiller”. I skal arbejde med både tekniske og taktiske elementer samt spiludvikling med fokus på høvdingebold.

### Færdigheds- og vidensmål

- Eleven kan beherske grundlæggende teknikker i boldspil.
- Eleven har viden om grundlæggende tekniske elementer i boldspil.
- Eleven kan anvende regler og taktik i udvikling af boldspil.
- Eleven har viden om regler og taktiske muligheder i boldspil.

## Modul 1

Intro Opvarmning	Fangeleg	Høvdingebold Outro
🕒 30min	15min	30min

## Modul 2

Intro	Partibold	Finsk høvdingebold	Outro
🕒 10min	30min	30min	5min


## Modul 3

Intro	Nye regler Gruppearbejde	Færdigt spil	Outro
🕒 20min	30min	15min	10min



# Modul 1


**Mål for dette modul:** Eleverne skal i dette modul arbejde med boldtilvænnning og den gode medspiller.

	Hvad/indhold	Hvordan/organisering
10 min.	<b>INTRO</b> Tal med eleverne om det overordnede tema <i>Idræt og samarbejde</i> og undertemaet <i>Den gode medspiller</i> . Hvilke erfaringer har I med høvdingebold? Hvad er godt ved høvdingebold? Hvad er mindre godt?	<i>Kort introduktion og samtale i plenum</i>  <i>Materialer: Skumbolde</i>
20 min.	<b>OPVARMNING</b> Partibold <ul style="list-style-type: none"> <li>• Løb uden bold og løbemønstre</li> <li>• Afleveringer og frispilninger</li> <li>• Kommunikation og samarbejde</li> <li>• Teknik og taktik</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der kan i disse aktiviteter med fordel stilles forskellige krav til deltagerne om f.eks. opdækningstyper, kommunikation osv.</li> </ul>	Hvad kræver et godt kast? Hvordan bliver man god til at gribe? Hvad kræver en god aflevering?
15 min.	<b>Fangeleg - Modspillerjagt</b> Eleverne deles i hold, fx 6 og 6 eller 7 og 7 på en halv håndboldbane, eller to store hold i hele hallen eller salen. Det ene hold skal, ved at spille sammen, forsøge at berøre modstanderne med bolden. Der spilles på tid fx 5 minutter, hvorefter det er det andet holds tur. Hvis det jagtede holds spillere løber uden for banen, tæller det som en berøring. Det er ikke muligt at erobre bolden. Tæl evt. antal berøringer og se, hvem der får flest. Brug gerne flere bolde, så alle er aktive.  <i>Variation:</i> For at gøre fangelegen mere overskuelig, kan banen inddeles i zoner. Eleverne inddeles i zoner, og må kun bevæge sig i sin egen zone, mens bolden/boldene må spilles over hele banen.	<i>Hold, fx 6 og 6 eller 7 og 7 på en halv håndboldbane, eller to store hold i hele hallen eller salen.</i> <i>Materiale: Skumbolde</i>  Hvordan lykkes man med mange berøringer?  Hvordan er man en god medspiller i aktiviteten?
20 min. .	<b>HØVDINGEBOLD</b> Introducer høvdingeboldreglerne –eller genopfrisk dem. Se evt. regler her: <a href="http://skolehovdingebold.dk">skolehovdingebold.dk</a> Fortæl eleverne at der i dagens modul er fokus på den gode medspiller, før de spiller spillet til sidst.	
10 min.	<b>OUTRO</b> Er der noget, der har overrasket jer? Hvilke dele af undervisningen var sjovest – og hvorfor? Hvordan passer undertemaet udvikling til dette modul?	<i>Fælles:</i> Hvem var dagens bedste medspiller? Og hvorfor?



# Modul 2


Mål for dette modul: Eleverne skal i dette modul arbejde med teknik og den gode medspiller.

	Hvad/indhold	Hvordan/organisering
10 min.	<b>INTRO</b> Læreren gentager det overordnede tema <i>Idræt og samarbejde</i> og undertemaet <i>Den gode medspiller</i> fra modul 1.	<i>Samlet/plenum</i>  Hvad kræver det at være og blive en god medspiller? Hvad lærte I fra sidste modul?
30 min.	<b>PARTIBOLD</b> Elevernes deles i hold. Fx 2 og 2 eller 3 og 3 på en badmintonbane, 4 og 4 eller 5 og 5 på en volleybane eller 6 og 6 eller 7 og 7 på en halv håndboldbane. Tildel hver bane en bold. Det gælder om at spille sammen med dem på sit eget hold og undgå, at det andet hold får fat på bolden. Kropskontakt er ikke tilladt, men man må "bryde boldbaner" for at erobre bolden.  <i>Variationer:</i> Spillet kan laves i zoner eller med en mandsopdækning.	<i>Hold, fx 2 og 2 og 7 og 7</i> <i>Bane, der passer til holdenes størrelser</i> <i>Materialer: Bolde</i>  <i>Fælles snak:</i> Hvad kræver det at være en god medspiller i partibold? Hvorfor er det vigtigt at samarbejde og være en god medspiller? Er der noget, I har lagt særligt mærke til ved dagens undervisning?
30 min	<b>FINSK HØVDINGEBOLD</b> Adskiller sig fra traditionel høvdingebold ved, at hver spiller har en drikkedunk eller kegle, de skal beskytte. Vælter drikkedunken, ryger de ud bag linjen og hjælper deres høvding med at vælte modstanderens flasker. Spillet handler derfor om at blokere boldens bane og samarbejde for at vælte de andres flasker. Væltet en flaske med foden, er man ligeledes ude. Når kun én spiller er tilbage på banehalvdelen, må høvdingen tage sin flaske og placere den. Han/hun starter med bolden. Der spilles, indtil et hold alle har fået væltet deres flasker.	<i>Skumhåndbold og en drikkedunk/kegle pr. elev.</i>  Til læreren: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fokus på samspillet på sidelinjen. Dvs. kaste-/gribe-træning.</li> <li>• Fokus på dialogen medspillerne imellem.</li> </ul>
5 min.	<b>OUTRO</b> Hvad har I lært?	<i>Fælles:</i> Hvad kendetegner en god medspiller? Tænk på tre ting, der kendetegner en god medspiller og del med din sidekammerat.



# Modul 3

Mål for dette modul : Eleverne skal eksperimentere med små spil og udvikling.

	Hvad/indhold	Hvordan/organisering
5 min.	<b>INTRO</b> Læreren gentager det overordnede tema <i>Idræt og samarbejde</i> og undertemaet <i>Den gode medspiller</i> . Nævn tre gode medspillere fra sidste gang. Hvad gjorde dem til gode medspillere?	<i>Tal evt. sammen to og to, før I deler i plenum.</i>
15 min.	<b>OPVARMNINGSSPIL</b> 1. Spil høvdingebold med spejdere: vælg 1 eller 2 fra hvert hold som spejdere, der må være over hele banen, dvs. at de også må bevæge sig over på modstanderens halvdel. 2. Opstil forhindringer: Forskellige plinte, måtter og skumredskaber, som eleverne kan bruge til at gemme sig bagved. Her er det godt at bruge spejdere samtidig.	Hvordan er man en god medspiller i denne øvelse?
30min.	<b>GRUPPEARBEJDE</b> I grupper med 4 elever i hver, skal eleverne finde på en ny regel til høvdingebold, som de gerne vil prøve af. Det får hver gruppe 5 min. til. Herefter går 4 grupper sammen og fortæller hinanden om deres ide. Nu laver de to hold, hvor de spiller med alle 4 grupper ideer og ændringer. (De kan ændre på regler, måden man er sammen på, kaster osv. kun fantasien sætter grænser) Brug evt. <a href="#">Aktivitetshiulet</a>	Sæt gerne eleverne sammen i større grupper med ca. 16 og fordel dem i 4 grupper, så de ved, hvem de skal gå sammen med efter deres idé til spiludvikling.  Hvad gjorde ændringerne og de nye ideer ved samarbejdet og det at være en god medspiller?
15min.	<b>DET FÆRDIGE SPIL</b> Spil almindelig høvdingebold efter de officielle regler. Høvdingebold: Se evt. regler her: <a href="#">skolehøvdingebold.dk</a>	Læreren: Observer om der sker ændringer i mentaliteten, når man går til det færdige spil.
10 min.	<b>OUTRO</b> Hvad har I lært? Hvad har været sjovest? Hvad er I blevet klogere på i forhold til samarbejde og det at være en god medspiller? Er der nogle situationer/spil, hvor det er nemmere/sværere at være en god medspiller?	<i>Fælles afrunding:</i> Hvem var dagens bedste medspiller – og hvorfor?

