



Elevprogram og didaktik

Med udgangspunkt i Hiim og Hippe



Læringsforudsætninger

- Det er her at I tager udgangspunkt I jer selv

- hvad deltagerne kan,
- hvilke relationer de har
- hvor stor spredningen er i deres udvikling og ressourcer.
- Tilstræbes det at arbejde med homogene grupper, eller vil vi have deltagere med, der er forskellige på et eller flere områder?
- Hvad kendetegner gruppens ressourcer og udfordringer?



Aktiviteters mål

- Hvad vil I opnå med jeres program

- det kropslige oplevelses- og udviklingsområde
- det kognitive oplevelses- og udviklingsområde
- det psykiske oplevelses- og udviklingsområde
- det sociale oplevelses- og udviklingsområde.



Læreprocessen

- Sansning
- Spejling = Som instruktør er i rollemodeller og de andre spejler sig jeres opførelse
- Imitation = Som instruktør viser i en øvelse og deltager imitere den
- forestillingsevne
- Opgaveløsning = Som instruktør stiller i opgaver, ex lav stafetten
- Handling = Det er praktisk orienteret
- Erfaringsdannelse = Vi har ikke kun en sportsgren en gang
- stedfortrædende læring
- Forklaringer = Som instruktør forklarer I deltagerne hvad der skal ske
- Italesættelse = Som instruktør italesætter I det der sker og skal ske for deltagerne
- andet



- # Rammefaktorer
- ## - Sted, tid og udstyr
- Hvilke *rum* er tilgængelige, og hvor skal eller kan aktiviteten foregå?
 - Hvilke rekvisitter og materialer har vi til rådighed? Og hvad vil vi bruge?
 - Hvor meget *tid* vil og kan vi bruge på aktiviteten?



Indhold

- opvarmning, teknisk og regler

- Hvad går aktiviteten ud på? Hvilke regler er der?
- Bevæger deltagerne sig alene, sammen to og to eller i grupper? Er de alle fælles om en udfordring, eller er de i kamp mod nogle andre hold?
- Hvilke redskaber bruges, hvor mange, hvor hårde/bløde/tunge/store?
- Er der tale om et fysisk rum, et område eller en bane, der kan justeres i størrelse og form? Hvordan skal banen være i udgangspunktet?
- Skal der musik, sang, tegninger, billeder, bogstaver, tekster, IT, kostumer, tæpper, underlag, fortælling eller andet med for at understøtte aktiviteten?
- Øver deltagerne sig på noget eller til noget? Skal de senere vise noget for hinanden eller for nogle andre? Skal de måske konkurrere mod andre på et tidspunkt?



Vurdering

- Det er her i får tilbagemeldinger

Ser vi tegn på, at målet blev opfyldt, og at vi arbejdede i den ønskede retning?

- Hvilke konkrete *tegn*?
- Har vi gjort *observationer*, der har givet os nye indtryk af deltagernes ressourcer?
- Er der noget, vi vil justere på til næste gang, så alle deltagere kan deltage og få et udbytte af det?



Elevprogram (Rammer)

- Dag: Onsdag
- Dato: 04/01 2023
- Tidspunkt: 0930 – 1050 (1 time og 20 min til rådighed)
- Sted: Birkelse Hallen
- Navne på instruktører samt sportsgren: Anders, floorball
- Udstyr: Floorball stave, floorball bolde, mål, kegler, trøjer, skumbolde



Opvarmning (Indhold og rammer)

- Ansvarlig (Læreprocessen): Anders (Jeg fortæller og viser øvelserne)
- Samlet tid: 30 minutter
- Ledopvarmning: Ankler, Håndled, Knæ, Lyske, hofter, overkroppen, skuldre, nakken. (10 rotationer pr. led) (5 min)
- Puls/Styrke: Kongens efterfølger: Sakseløb, sidestep, armsving, gadedrengeløb, baglæns løb og hop samt små sprinter. (5 min)
- Stafet: Hold af 3-4 personer der dyster mod hinanden: 1) 10 Armstrækkere 2) 10 squat 3) 10 mavebøjninger 4) 10 rygvip (10 min)
- Leg: Halefange: Halen placeres fra hoften og bagud i buksekanten, halen skal gå ned til knæhaserne, må man IKKE sætte sig eller læne sig op at ad noget der dækker halen, man må IKKE holde på halen. (5 min)
- Udstræk 10 sekunder: lår, baglår, lyske, arme, nakken, vingerne 10 sek pr udstræk (5 minutter)

- Her skal jeg huske at tage højde for læringsforudsætninger!
- Hvad er jeres mål med opvarmningen



Teknisk (Rammer og indhold)

- Ansvarlig (Læreprocessen): Anders (Jeg fortæller og viser tegninger af opstilling for teknisk spil)
- Samlet tid: 20 minutter
- Øvelser:
 - Stafet med slalom: 5 min
 - Skud på mål: 5 min
 - Afleveringer og skudteknik 5 min
- Her skal jeg huske at tage højde for læringsforudsætninger!
- Hvad er jeres mål med det tekniske?



Beskrivelse/regler (Rammer og Indhold)

- Ansvarlig (Læreprocessen): Anders (Jeg fortæller og viser på/med min makker reglerne)
- Samlet tid: 40 minutter
- Regler: Vi spiller turnering, Der er 3 spiller pr. hold. 3 min pr. kamp. Bolden gives op fra midten mellem 2 spillere. Staven må ikke løftes over hoften. Ingen hård kropskontakt. Bolden må gribes hvis den er over skulder. Bolden må tæmmes med fod. Ingen "ude" med. Målmanden må ikke tage med hænder, og må ikke sidde/ligge eller have begge knæ i jorden. Kun blad mod blad. Overholdes reglerne ikke udvises man i 1 minut eller til næste mål.
- Turneringsplan: 5 hold (Der uddeles trøjer)
- 1)1-2 2)3-4 3)5-1 4)2-3 5)4-5 osv.
- Dommer: Det bliver et af de hold der sidder over
- Tid pr. kamp: 3 minutter

- Her skal jeg huske at tage højde for læringsforudsætninger!
- Hvad er jeres mål med det tekniske?



Udstrækning og tilbagemeldinger (Vurdering)

- Hvordan var opvarmningen – led, puls, styrke og udstræk? Hvorfor?
 - Hvordan var teknisk træning? Hvorfor?
 - Hvordan var forklaring af regler, samt regler? Hvorfor?
 - Var der hurtig fordeling af hold? Hvorfor?
 - Hvordan var aktiviteten – dommer og tid? Hvorfor?
 - Hvordan var vores samarbejde? Hvorfor?
 - En ting jeg gjorde godt? Hvorfor?
 - En ting jeg kunne have gjort bedre? Hvorfor?
 - Ris/ros? Hvorfor?
-
- Her er det vigtigt at vi er konstruktive i vores tilbagemeldinger – hvilke tegn så vi på at det gik godt eller skidt?