

Idrætsundervisning

Teambold



Læringsmål

Eleven kan justere og udvikle aktiviteter.

Eleven kan optimere aktiviteter til egen og gruppens bedste.

Eleven opnår forståelse af hvad "en god aktivitet er".

Egne læringsmål:

I de enkelte lektionerne angiver du her selv idrætsfaglige læringsmål som f.eks. kunne handle om:

- Elevens evne til at indgå og deltage i
- Elevens evne til reagere og handle på banen/i spillet
- Elevens evne til at blive opmærksom på egne og andres kropslige og idrætslige færdigheder
- Elevens arbejdet med tilegnelse af konkrete færdigheder og teknikker.
-

Tegn på læring

- Kommunikation
Elev forklarer...
- Eleverne kan gengive...
• Demonstration
Eleven udfører...
- Eleven viser...
• Produkter
Eleven fremfører...

Egne tegn på læring:

I den enkelte lektioner angiver du her hvordan tegn på læring for egne læringsmål bliver tydelige.

Teambold

Forløbets formål og læringsmål

Formålet med forløbet er, at eleverne får indgående kendskab til de grundlæggende elementer i boldspilkategorien 'kaosspil' og bliver i stand til at deltage hensigtsmæssigt i spillets faser ved at lære om kaosspillenes fællestræk. De grundlæggende elementer tager afsæt i et relationelt perspektiv, og derfor er det centralt, at eleverne lærer at forholde sig til hinandens forskellige erfaringsgrundlag og forudsætninger for at indgå i (kaos)boldspil. I forlængelse heraf er det grundlæggende, at eleverne får en forståelse for, hvordan de gør hinanden gode.

Boldbasis i kaosspil handler om, at eleverne udvikler kompetence til at kunne indgå i andre kaosspil. Boldbasis i kaosspil handler om at kunne samarbejde med andre relationer. Derfor er det centralt, at eleverne udvikler relationelle færdigheder sammen.

Dette kan udvikles ved at have fokus på områder som: spilbarhed, forsvarsspil kommunikation, anvendelse af rummet (bredde og dybde), tid (højt tempo vs lavt tempo i spillet, individuelle temposkift) osv.

Spillet

I forløbet arbejdes der med to spil: partibold og baglinjebold.

Partibold: Almindelig partibold har to hold, hvor fokus er på at orientere sig og spille til eget hold. Det gælder om at bevare bolden og få så mange afleveringer, uden at den anden farve opsnapper bolden. Det er ikke tilladt at tage nogle skridt med bolden eller drible. Man kan spille med point ved 10 afleveringer i træk, hvilket vil ændre spillets karakter.

Baglinjebold: Dette spil er en udbygning af partibold, hvor der tilføjes en scoringsmulighed. Der scores ved at modtage en aflevering i scoringszonen fra en medspiller. Hvert hold forsvare en scoringszone.

Der scores ved at modtage en aflevering i scoringszonen fra en medspiller. Hvert hold forsvare en scoringszone.

Partibold



Baglinjebold



God fornøjelse og god undervisning!

Begrebsboks

Kaosspil er 1 ud af 4 kategorier fra boldspilsfamilierne – præsenteres efter lektion 1.

Henvisninger & inspiration

Mere om boldbasis og boldspilsfamilierne [her](#).

Forløbet kan være både inde og ude.

Fælles Mål - 5 klasse	
Alsidig idrætsudøvelse Kan og har viden om	Kaste, gribe, sparke til forskellige boldtyper Spille regelbaserede boldspil Justere boldspil
Idrætskultur og relationer Kan og har viden om	Opstille individuelle og fælles regler Samtale om tab-vind situationer Handle i overensstemmelse med fairplay

Læringsmål

Eleverne skal lære kendetegn og fællestræk ved kaosboldspil. Eleverne skal udfordres på at se samarbejde og team og ikke kun teknik som væsentlig perspektiv i boldspil.

Ægne læringsmål:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Tegn på læring

Eleverne kan nævne kendetegn ved kaosspil. Eleverne kan pege på fællestræk mellem småspillene. Eleverne skal kunne pege på hvad der skal læres for at være god til kaosspil.

Ægne tegn på læring:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Lektion 1 – godt i gang med teambold

Hvad gør du som underviser?


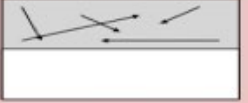


Forud for lektionen har underviseren inddelt eleverne i teams á 4-6 elever bestående af både drenge og piger samt erfarne og uerfarne boldspillere på hvert team. Den indledende aktivitet består i partibold, hvor fokus er på, at eleverne lærer de grundlæggende elementer i kaosboldspil. Derfor er din opgave at hjælpe eleverne med at have fokus på, at meningen med aktiviteterne er, at de skal sammenligne dem, og at det ikke handler om at vinde.

Hvad gør eleverne

Eleverne skal spille partibold, mobilmål og stereobold (se praksisværktøj - boldspilsaktiviteter) med henblik på, at de efterfølgende skal reflektere over, hvilke fællestræk, der har været i spillene, og hvad der er centralt at lære for at kunne deltage i spillene bl.a. vha. timeout-spørgsmål (se praksisværktøj).

Indhold	Form/metode
Oplæg med fokus på kaosboldspil.	Underviserne kan indledningsvis udlevere et refleksionsark over de punkter eleverne skal fokusere på, når de sammenligner aktiviteterne.
Partibold.	Der spilles partibold på flere baner (f.eks. volleyballbane) med 5 mod 5.
Refleksion over aktiviteten. Fokus på samarbejde: Hvad er et godt samarbejde? Hvilken betydning har samarbejde for partibold? Hvad kan i som hold gøre bedre for at samarbejde? Hvornår arbejder du godt sammen med andre? (også uden for idræt)	Timeout refleksion i par: Hvad er vigtigt for at kunne indgå i partibold? Kan du se paralleller til andre boldspil?
Mobilmål og stereobold.	Aktiviteterne kan spilles i hver sin ende af hallen, således at eleverne efterfølgende blot bytter bane.
Refleksion over praksis.	Mens der byttes plads kan eleverne lave en walk'n talk, hvor de har fokus på at sammenligne elementer i partibold med elementer i stereobold og mobilmål.
Opsummering.	Eleverne skal beskrive de ligheder, der har været i forskellige aktiviteter og hvilke forudsætninger, der skal til for, at man kan deltage i praksis.

Boldspilsfamilierne - herunder kaosspil

Boldspil familie	Kaosspil	Net/vægspil	Slagspil	Træfspil
Rum & kommunikation				
Team	Inter-aktivt team	Re-aktivt team	Re-aktivt team	Co-aktivt team
Færdighedstype (åbne/lukkede)	Meget åbne færdigheder – altid foretage nye handlingsvalg. Ofte en del relationer at forholde sig til.	Åbne færdigheder – tage hurtige beslutninger hurtigt. Færre relationer at forholde sig til.	Mere lukkede færdigheder. Fokus på at ramme bolde.	Lukkede færdigheder
Spilfaser	<ul style="list-style-type: none"> •Grundspil •Gennembrudsspil •Forsvarsspil 	<ul style="list-style-type: none"> •Servefasen •Mellempfasen •Åbningsfasen •Slutfasen 	<ul style="list-style-type: none"> •Kaste/ slåfasen •Løbe/gribefasen •Lukkefasen 	

Refleksionsark

Hvad har partibold, stereobold og mobilmål til fælles?

Kender du andre boldspil der minder om disse tre boldspil?

Hvad skal man kunne for at kunne deltage i kaosspil?

Bagside til lektion 1

– illustrationer og modeller

Mobilmål

Ca. en halv basketbane og et hold af 4 spillere og et hold af 2 spillere. Man spiller med f.eks. en håndbold eller basketball. Holdet med de 2 spillere agerer levende/bevægeligt mål ved at holde et kosteskaf (el. lign.) mellem sig. Holdet med de 4 spillere spiller bolden med hænderne og forsøger at score ved at stude bolden gennem det levende mål. Når man har bolden, skal man stå stille.

Stereobold 4 mod 4

To hold mod hinanden. Der spilles på en basketballbane med 2 bolde. Det gælder om at forsvare sit eget holds bold, mens man forsøger at stjæle modstanderes. Der spilles efter basketballregler: max 3 skridt med bold, driblinger tilladt, ingen kropskontakt.

Der kan kun scores points, når det ene hold har erobret begge bolde.

Læringsmål

Elever skal have en forståelse af hvorfor og hvordan man gør sig spilbar.

Eleverne skal have viden om, hvad spilbarhed kræves.

Egne læringsmål:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Tegn på læring

Eleverne kan gøre sig spilbare. Eleverne forklarer hinanden i teamet om spilbarhed. Eleverne viser i teamet hvordan man kan gøre sig spilbar.

Egne tegn på læring:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Lektion 2 – gør dig spilbar

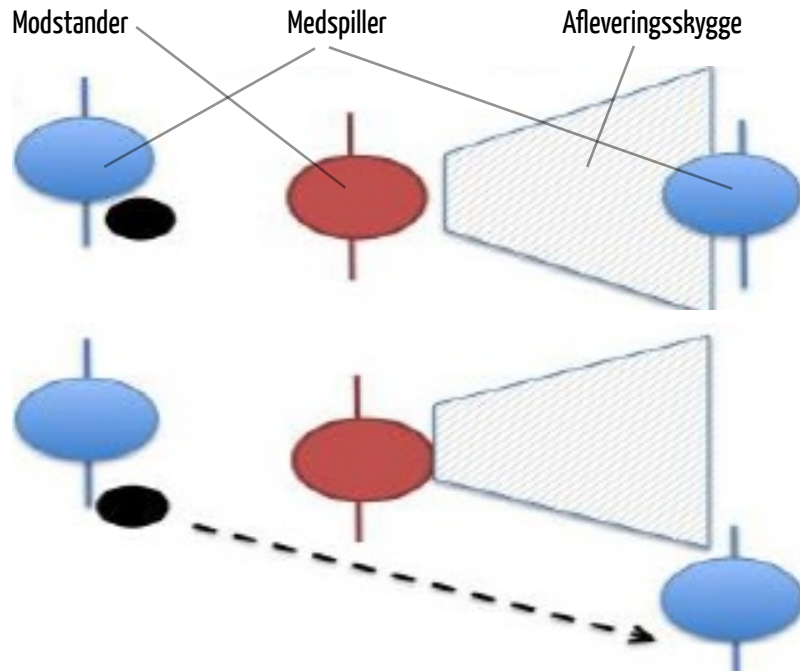
Hvad gør du som underviser?

Du laver en opsummering af lektion 1 i forhold til at forklare om "kaosspil" og deres fællestræk, samt hvad der er vigtige forudsætninger for at kunne indgå i dette (stikord fra eleverne i lektion 1). Skab fokus på lektionens læringsmål ved at spørge ind til spilbarhed - eleverne skal have viden om afleveringsskygge og bevægelse i dybden og bredden af rummet. Lav spilstop, hvor eleverne kan få tydeliggjort situationer, hvor det lykkes at bevæge sig ud af afleveringsskyggen

Hvad gør eleverne?

Der spilles partibold med fokus på, at eleverne skal gøre sig spilbare, og de skal evaluere på, hvorvidt de er blevet dygtigere til at bevæge sig ud af afleveringsskyggen. Eleverne skal ligeledes gøre brug af deres viden om aktivitetsudvikling fra første forløb "Idrætsludo"

Indhold	Form/metode
Opsummering fra lektion 1.	Definerer fællestrækkene i kaospil.
Partibold med fokus på at gøre sig spilbar.	Fokus på at blive bevidst, om hvordan de gør sig spilbare for hinanden, så de kan modtage bolden.
Hvordan gør jeg mig selv spilbar?	Opsamling i plenum - hvordan justerer vi, så alle kan være med?
Partibold med fokus på at gøre sig spilbar.	Fokus på at observere på situationer, hvor det lykkes eller ikke lykkes at gøre sig spilbar.
Introduktion til baglinjebold – og spil.	Partibold med scoringszone.
Opsummering af spilbarhed.	Der opsummeres på hvert team i forhold til at gøre sig spilbar. Hvordan kan teamet hjælpe hinanden, så alle på teamet oplever at kunne tage del i det at gøre sig spilbar?



Inden i Afleveringsskyggen
Her er det meget svært at modtage bolden uden et "ballon-skud".

Udenfor Afleveringsskyggen
Her er det nemmere at modtage bolden uden et "ballon-skud".

Bagside til lektion 2
– illustrationer og modeller

Bevægelse ud af afleveringsskyggen
"Gør dig fri"

At gøre sig spilbar

At tage initiativ-
"NU - flytter jeg mig"

Kommunikere med medspillere
"Kald, peg, kig, nik,..."

Læringsmål

Eleverne skal forstå betydningen af kommunikation i kaosspil. Eleverne skal kunne "kalde på bolden" hensigtsmæssigt. Eleverne skal have viden om relationelle færdigheder.

Egne læringsmål:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Tegn på læring

Eleverne kan kalde – både verbalt og non-verbalt på bolden på rette tid.
Eleverne kan fortælle, hvordan de selv gerne vil kommunikere.
Eleverne kan identificere betydningen af god kommunikation og samarbejde for teamet formåen.

Egne tegn på læring:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Lektion 3 – Lad dig blive hørt og set – og gør hinanden gode

Hvad gør du som underviser?

Du laver en kobling til at det 'at gøre sig spilbar' også hænger sammen med at kunne kommunikere til sine medspillere, og at der kan være forskellige hensigter ved de fagter, man gør på banen
Ligeledes skal du sætte fokus på samarbejdet og introducere eleverne til begrebet "tekniske relationelle færdigheder" i både teori og praksis – du kan jo vælge at kalde det noget andet fx "samarbejdsteknik".

Hvad gør eleverne?

Eleverne spiller partibold, hvor de har fokus på at overdrive den verbale kommunikation over for hinanden. Det vil sige, at alle eleverne får som opgave at sige noget hele tiden, det kan fx være at "kalde på bolden" ved at råbe "hej" eller "her" eller ved at fortælle hinanden hvad man har tænkt sig at gøre fx "spil mig langs linjen" eller "jeg går dybt". Ligeledes skal de prøve at kommunikere dels verbalt (lyd på alle), non-verbalt (ingen må sige noget), kombi-verbalt (nogle må sige noget – andre ikke).

Indhold	Form/metode
Introduktion til lektion 3 med fokus på opsummering af spilbarhed samt viden om kommunikation og relationelle færdigheder.	Her kan underviseren spørge om nogle har observeret, at der er nogen, der laver fagter eller siger en masse i boldspil, og hvad der er hensigten med dette.
Partibold med fokus på verbal, non-verbal og kombi-verbal kommunikation.	Der spilles partibold i de inddelte teams med fokus på at overdrive de forskellige kommunikationsformer.
Stop spillet og bed eleverne om:	Hvornår er en aflevering god? Hvordan ved man at modtageren er klar?
Spil med timeouts - Spil evt baglinjebold eller fortsæt med partibolds alt efter hvad du vurderer passer til situationen.	Praksis afbrydes løbende med henblik på, at eleverne skal give feedback til hinanden i forhold til deres indbyrdes relationelle færdigheder – hvad har teamet brug for, og hvordan kan der aktivt udvikles så teamet kan gøre hinanden gode?
Opsamling	Der opsummeres først parvist og derefter i plenum ift. Kommunikation og samarbejde i spillet.

Begrebsboks

Begrebet "relationelle færdigheder" handler om at sætte fokus på teamarbejdet i boldspil i stedet for individuelle tekniske færdigheder - få det bedste ud af hinandens forskellige kompetencer.

Udfordringer med skolens heterogen klasser - f.eks.: En god aflevering kan altid modtages!

Erfarne afleverer bolden til mindre erfarne boldspillere, som ikke er parate til at modtage bolden.

"Kig-væk-finte" er sværere for mindre erfarne.

Læringsmål

Eleverne skal lære at skelne mellem faser i kaosspil. Eleverne skal blive bevidst om taktik i boldspil.

Egne læringsmål:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Tegn på læring

Eleverne kan i timeouts forklare deres taktik. Eleverne kan vise taktik ved fx placering, optegning eller lignende.

Egne tegn på læring:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Lektion 4 – Den gode taktik

Hvad gør du som underviser?

Fokuser på de to overordnede taktiske faser i kaosspil. "VI har bolden" (angreb) og "DE har bolden" (forsvar). Eleverne skal lære at skelne mellem disse to faser og selv udvikle en samarbejdsstrategi i forhold til de to faser. Der kan være mange forskellige måder at dække op og spille forsvar. Det mest centrale er her, at eleverne får mulighed for at eksperimentere og forsøge at udvikle noget, der er tilpasset deres hold.

Del teams op i lige/ulige gruppenumre.

Hvad gør eleverne?

Når der tales om taktik er det meget vigtigt at visualisere det for hinanden. Derfor skal eleverne visualisere det, de siger enten gennem taktiske tegninger på papir, med kridt på halgulvet eller ved at placere hinanden på banen. På den måde opnår eleverne som regel bedst forståelse for det, der bliver talt.

Indhold	Form/metode
Hvad er en god taktik?	Læreren kommer med nogle retningslinjer for en god taktik.
Taktikudvikling i gruppen i forhold til baglinjebold.	De ulige grupper udvikler en angrebstaktik. De lige grupper udvikler en forsvarstaktik. Taktikken skal nedfældes på tegning.
Afprøvning af praksis i forhold til baglinjebold.	De lige og ulige gruppenumre øver deres taktikker med hinanden. Der er fokus på at udføre, afprøve og forbedre taktikken - ikke på at vinde!
Timeouts.	Afprøvning af taktikken afbrydes løbende af underviseren, således at grupperne kan justere og forbedre taktikken.
Evaluering.	Grupperne evaluerer deres taktik. Hvad fungerede godt og hvad kan forbedres?

Evt lektion 5-6:

Har man flere lektioner til rådighed kan man gøre følgende:

1. lektionsmulighed: del evt lektion 3 op og lav én gang med fokus alene på kommunikation og én gang med fokus kun på de relationelle færdigheder.

2. lektionsmulighed: lav en lektion 6 hvor teams arbejder videre med udvikling af den gode taktik ind i kendte boldspil eller lav evt en miniturnering med fokus op baglinjebold.

Øvrige lege og småspil der kan anvendes ind i temaet

3 meters afstand

Alle deltagere befinder sig på samme bane. De får en fælles opgave, som består i, at de tilsammen skal dække hele banen således, at alle spillerne er jævnt fordelt. Ydermere skal de hele tiden være sig i bevægelse og højst have tre meters afstand til nærmeste spiller.

Den sidste udfordring indebærer, at spillerne uafbrudt må forholde sig til andre relationer på banen og har mulighed for at arbejde med deres perception.

De dristige spillere vover sig ind i banens centrum, hvor der er behov for mange øjne, idet spillerne skal orientere sig både foran og bagved.

8 mod 0

Hver gruppe er på en volleyballbane. 1 bold og 10 toppe. Det gælder om at score så mange gange som muligt inden for en vis periode. Der scores ved, at en spiller, uden at flytte sig kan røre en top med bolden. Der må ikke scores to gange i træk ved samme top, og spilleren skal være i bevægelse, når bolden modtages.

Der tages timeouts med henblik på at forøge antallet af afleveringer. I denne øvelse er øjekontakt særdeles vigtig for at få maksimalt udbytte. Et boldtab vil formindske muligheden betydeligt. Derfor er det vigtigt, at holdet er i stand til at kommunikere (verbalt) samt, at alle er klar over hvilken rolle, de har.

Timeout spørgsmål:

- Hvem tager initiativ?
- På hvilken måde tager i initiativ?
- Hvordan kommunikerer i når i vil have bolden?
- Hvilken kommunikation er mest synlig for dig?
- Hvem kommunikerer du godt sammen med på banen og hvorfor?



Spil 4 mod 4 – cirkelspil. (gennembrudsspil)

To hold mod hinanden, 1 bold, to kegler og to cirkler (basketcirkler). Hvert hold angriber den ene cirkel og forsvaret den anden. Der scores ved at ramme modstandernes kegler. Cirklerne må ikke betrædes.

Variation: Der kan kun scores efter afsæt uden for cirklen og hængende i luften inde over cirklen.

Spil 5 mod 3 – “Varm kartoffel”.

Grundspil, forsvarsspil.

To hold mod hinanden på afgrænset område, 1 bold. De 5 skal spille bolden imellem sig. De 3 får point, hvis de kan røre en spiller, som har bolden under kontrol, hvis de kan røre bolden eller hvis bolden går ud af banen. Når de tre har opnået i alt f.eks. 5 points er spillet forbi, og man kan evt. give spillerne nye opgaver - forsvarere bliver angribere, nogle af angriberne bliver forsvarere.

Timeout spørgsmål:

- Hvordan skal forsvarsspillerne bevæge sig på banen for at få fat i bolden?
- Hvordan skal angrebsspillerne arbejde sammen

Farvespil

Spillene bygger på partiboldtanken, men bruger farvede overtrækstrøjer til at øge kompleksiteten og skærpe spillernes opmærksomhed mod at orientere sig hensigtsmæssigt før og efter afleveringer.

2 farver (partibold): Første spil er almindelig partibold med to farver, hvor fokus er på at orientere sig og spille til egen farve. Det gælder om at bevare bolden og få så mange afleveringer, uden at den anden farve opsnapper bolden. Det er vigtigt, at man ikke spiller med point ved 10 afleveringer i træk, da spillet dermed i nogle sekvenser mere ligner gennembrudsspillet.



3 farver: Første progression er at sætte en farve mere i spil, således at der fremkaldes overtalspil. Opgaven er, at de to farver, der er i boldbesiddelse og overtal skal spille hianden skiftevis. For eksempel danner de røde og blå et overtalshold, mens de gule skal forsøge at erobre bolden. De røde spillere må kun aflevere til de blå spillere og de blå spillere må kun aflevere til de røde spillere. De boldbesiddende hold lærer at orientere sig og aflevere til en anden farve end man selv har på, mens forsvarsfarven lærer at skelne mellem, hver der skiftevis kan modtage bolden. Spillet kan enten køres på tid, med et fast hold, der forsvare, eller med rotation i forhold til dem, der er skyld i boldtabet.



4 farver: I anden progression har man fire farver i spil - to farver på hvert hold. Spillerne retter sig igen mod at spille den anden farve, end den man selv har på, samtidig med at modstanden nu er dobbelt så stor som i 3 farvespillet. I dette tilfælde er rød og blå sammen om at bevare bolden, og lilla og gul danner hold. Det boldbesiddende hold får således reduceret den tid, de har til rådighed for at træffe en beslutning, fordi der er flere forsvarende spillere, der forsøger at erobre bolden. Desuden får spillerne flere informationer, de skal forholde sig til, fordi der er flere forskellige farver at forholde sig til.



