

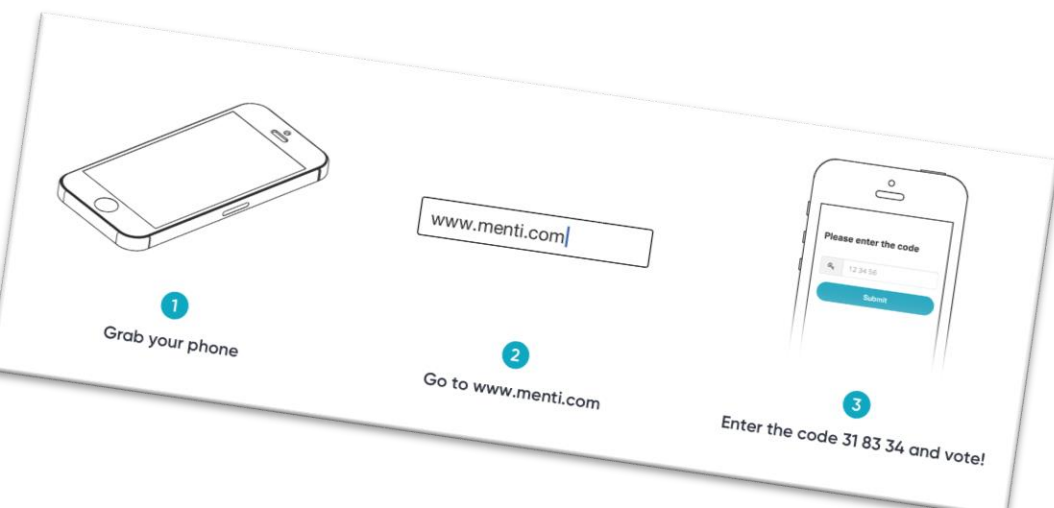
Hvad
Hvorfor
Hvordan

Temabaseret idrætsundervisning

Idrætslærernes Forum

Program

- Velkomst og indledende øvelse
- Oplæg om temabaseret undervisning
- Udvikling af egne forløb
- Opsamling og sammenfatning



Hvorfor arbejde med temabaseret undervisning?

Det er noget, vi skal!



Det er noget, vi vil :-)



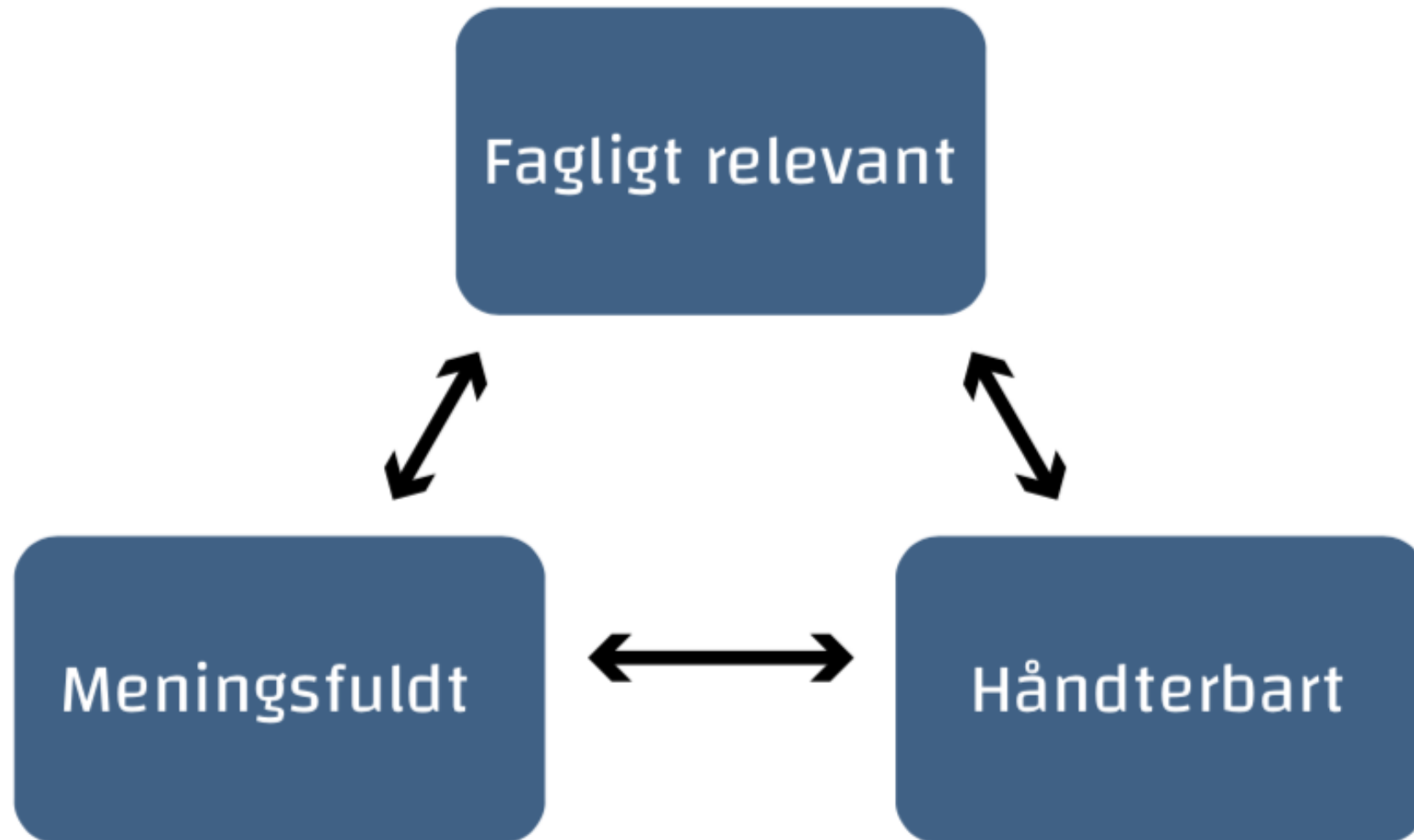
Læring **I**
idræt

De tre dimensioner i idrætsundervisningen, som bør være tilstede i alle forløb

Læring **OM**
idræt

Læring **GENNEM**
idræt

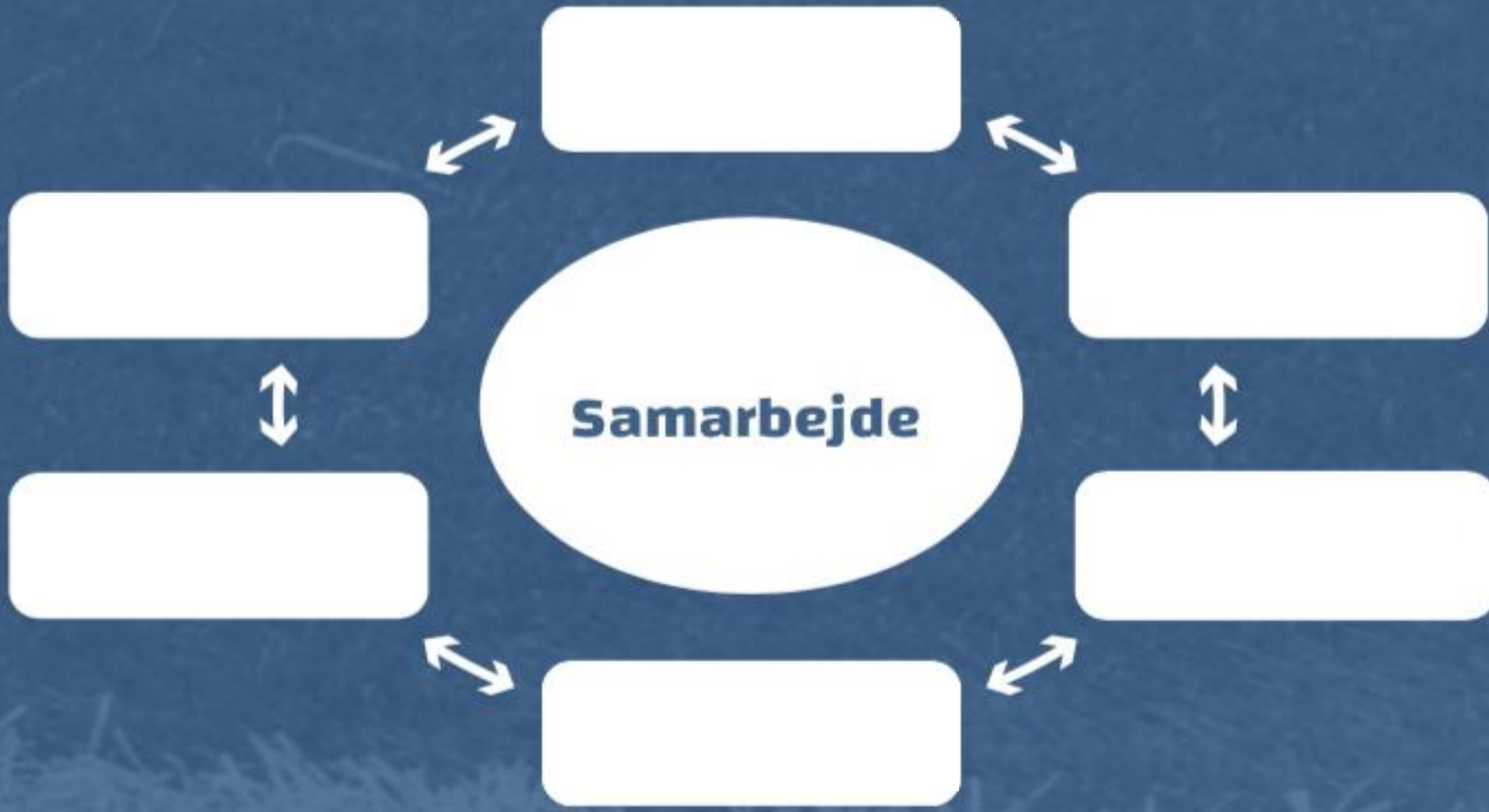
Et tema i idræt kan defineres som en bærende idé, der understøtter, strukturerer eller perspektiverer arbejdet med idrætsfagets indholdsområder.



Efter 9. klassetrin

Kompetence-område		Kompetencemål		Faser										Færdigheds- og vidensområder og -mål									
Alsidig idræts-udøvelse	Eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis.	1.	Redskabsaktiviteter		Boldbasis og boldspil		Dans og udtryk		Kropsbasis		Løb, spring og kast		Natur- og udeliv										
			Eleven kan analysere egne og andres bevægelser inden for gymnastik og parkour.	Eleven har viden om bevægelsesanalyse af gymnastiske øvelser og spring.	Eleven kan beherske tekniske og taktiske elementer i boldspil.	Eleven har viden om samspil mellem teknik og taktik i boldspil.	Eleven kan beherske komplekse bevægelsesmønstre i koreografier.	Eleven har viden om samspillet mellem bevægelse og musiks tempo, form og karakter samt bevægelsesanalyse i dans.	Eleven kan fastholde koncentration og fokus i idrætsudøvelse.	Eleven har viden om koncentration i relation til kropskontrol.	Eleven kan beherske atletikdiscipliner.	Eleven har viden om atletikdiscipliners udøvelse og afvikling.	Eleven kan vurdere kvaliteter ved friluftsk aktiviteter på land og i vand.	Eleven har viden om kvaliteter og kendetegn ved friluftsk aktiviteter på land og i vand.									
1.	Eleven kan beherske sammensatte bevægelsesserier med og uden musik.	2.	Samarbejde og ansvar		Normer og værdier		Idrætten i samfundet		Sprog og skriftsprog														
			Eleven kan vurdere samspillet mellem individ og fællesskab i idrætsaktiviteter.	Eleven har viden om muligheder og forpligtelser i idrætsfællesskaber.	Eleven kan udvikle boldspil.	Eleven har viden om spilkonstruktion.	Eleven kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitetstilbud.	Eleven har viden om organiseringsmuligheder for idrætsudøvelse.	Eleven kan nuanceret sprogligt udtrykke sig om idrætspraksis samt målrettet læse og skrive idrætslige tekster.	Eleven har viden om komplekse fagord og begreber samt idrætslige teksters formål og struktur.													
2.	konstruktive samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter.	1.	Samarbejde		Kultur		Samfund																
			samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter.	samarbejdsmetoder inden for alsidige idrætsaktiviteter.			Eleven kan deltage i udvikling af idrætslige aktivitetstilbud.	Eleven har viden om organiseringsmuligheder for idrætsudøvelse.	Eleven kan nuanceret sprogligt udtrykke sig om idrætspraksis samt målrettet læse og skrive idrætslige tekster.	Eleven har viden om komplekse fagord og begreber samt idrætslige teksters formål og struktur.													
2.	Eleven kan vurdere samspillet mellem krop, træning og trivsel i et aktuelt og fremtidigt perspektiv.	1.	Sundhed og trivsel		Fysisk træning		Krop og identitet																
			Eleven kan vurdere idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel.	Eleven har viden om idrætsvaners betydning for sundhed og trivsel.	Eleven kan formidle opvarmningsprogram tilrettelagt i samarbejde med andre.	Eleven har viden om opvarmningsprogrammets formål, struktur og variationsmuligheder.	Eleven kan analysere fysiske og psykiske forandringer i forbindelse med kroppen.	Eleven har viden om kroppens betydning for psyke og identitet.															
2.	Eleven kan vurdere betydningen af forskellige levevilkår for idrætsudøvelse.	2.	Sundhed				Identitet																
			Eleven kan vurdere betydningen af forskellige levevilkår for idrætsudøvelse.	Eleven har viden om betydningen af forskellige levevilkår for idrætsudøvelse.	Eleven kan udføre egne og andres træningsprogrammer.	Eleven har viden om kroppens anatomi og fysiologi i et træningsperspektiv.	Eleven kan analysere fysisk aktivitets effekt på krop og identitet.	Eleven har viden om idrætsudøvelses betydning for krop og identitet.															

Samarbejde



Tillid



Griber du,
hvis jeg giver slip?

Samarbejde



Redskabsaktiviteter

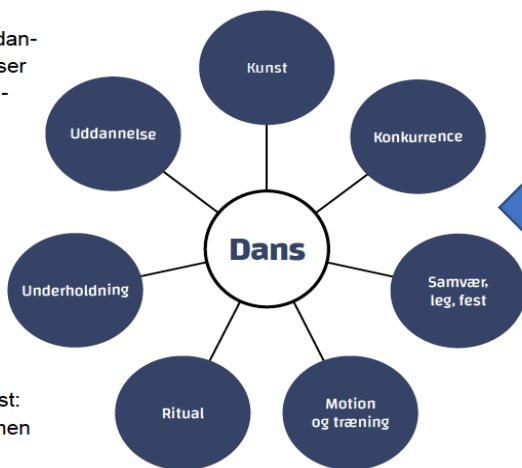


Fitness eller folkedans?

Man mener, at mennesket altid har danset. Mennesker har danset og danser i en lang række forskellige sammenhænge og af forskellige grunde. Man kan derfor skelne mellem forskellige formål med dansen:

- ➔ **Dans som kunst:** Det er typisk scenedans som moderne dans eller ballet, hvor der danses for et publikum.
- ➔ **Dans som konkurrence:** Her konkurreres om medaljer.
- ➔ **Dans som samvær, leg og/eller fest:** Her danser man for at være sammen med hinanden, f.eks. folkedans, pardans og diskoteksdansen.
- ➔ **Dans som motion og træning:** Her er fokus på at blive sundere. Det er bl.a. det, vi ser i de mange nye tiltag i fitnesscentre som Zumba, Salsa-aerobic og Ballroom fitness.
- ➔ **Dans som ritual:** Det kan f.eks. være brudevalsen. I nogle tidligere kulturer har dans formentlig også fungeret som religiøst ritual.
- ➔ **Dans som underholdning:** Det er f.eks. det, vi ser i tv-udsendelsen Vild med Dans.
- ➔ **Dans som uddannelse og dannelse:** Det er bl.a. det, der sker i idrætsundervisningen i skolen.

Man kan sige, at dans former sig som helt forskellige bevægelseskulturer med



forskellige værdier. Vi kan f.eks. prøve at sammenligne folkedans og fitness-aktiviteten ballroom fitness.

Ballroom fitness er en aktivitet, som indeholder forskellige trin fra standarddans og latinamerikanske danse med det formål at få motion på en sjov måde. Instruktøren foreviser trin, som man følger. Det foregår ofte i et fitness-lokale med spejle og musik. I modsætning til de oprindelige standard- og latindanse, så har man ikke en partner, og der ikke er nogle flotte kjoler eller høje hæle.

Folkedans er en fællesbetegnelse for en række samværsdansen, der primært blev danset i bondesamfundet. Man kan kalde dem for "mønsterdans". Det betyder, at

de først og fremmest er danse, hvor man nærmest "går et mønster" i fællesskab med andre. Man danser folkedans sammen som par og i en gruppe, og står ofte i en kreds. Man er på den måde afhængig af hinanden på en anden måde end i ballroom fitness. Der kan være dragter og kjoler og levende musik, og det kan foregå i det fri.

Både folkedans og ballroom fitness kan selvfølgelig praktiseres på mange måder afhængigt af hvor, med hvem, og hvordan det sker. Der er for eksempel forskel på folkedans i Danmark og folkedans i Sydamerika. Der er forskel på folkedans i 1800-tallet og i 2019. Der er forskel på ballroom fitness i Fitness World og i den lokale gymnastikforening eller i skolen. Det samme gør sig gældende med alle mulige andre bevægelseskulturer. Der er aldrig bare én, men altid flere måder, de kan vise sig og praktiseres på. Og de forandrer sig i tid og rum.



FORSTÅ TEKSTEN



- ➔ Hvilke formål kan dansen have?
- ➔ Hvad er de vigtigste forskelle på Ballroom fitness og folkedans?

SNAK MED DINE KAMMERATER



- ➔ Hvilke danse kender I fra idrætsundervisningen? Hvad er forskellene på dem? Med hvilke formål har I danset?
- ➔ Prøv at kigge på forskellige former for kampsport? Hvordan er de forskellige? Har de forskellige formål?

SÅDAN KAN DU BRUGE TEKSTEN TIL AFGANGSPRØVEN I IDRÆT



Teksten egner sig særligt til indholdsområdet "dans og udtryk". Til den praktiske del af prøven kan I vise forskellige dansekulturer: Vis f.eks. dans som samvær (folkedans, salsa eller en anden pardans), dans som konkurrence (hvor man får medaljer) og dans som træning (hvor det handler om at svede og træne kroppen).

Beskriv til den mundtlige del af prøven, hvilke forskelle der er på de tre danse, og hvilke funktioner dans kan have. Kan man mon udvikle en "folke-fitness-dans"? Hvordan ville den se ud?

Eksempler på elevkommentarer...

- Hvordan er sammenholdet i jeres gruppe – både i forhold til socialt sammenhold og opgavesammenhold sociale og opgaven?
- Giv eksempler på grupper, som du har været en del af, hvor der enten har været høj opgavesammenhold eller socialt sammenhold. (Punkturn)
- Kom med eksempler på hvad man kan gøre for at øge opgavesammenholdet.

har svært ved at forstå den? - hvad med en omformulering?

...sammenholds betydning hvem man afleverer til på b...
 ...ere vil aflevere til dem, som man godt kan lide. Derimod fik dem,
 ...holden 32 % af tilfældene (Klein og Christiansen, 1995). Det sociale samme.
 ...tærkt, og på den måde have en negativ betydning for opgaveløsningen. Det kunne i.
 ...yk ved, at de venskabelige bånd mellem nogle af gruppemedlemmer kommer til at betyde
 ...løse den opgave, som gruppen står over for (Stelter, 2012). Det kunne være i en fodboldkamp,
 ...en på holdet går mere op i, at vennerne har det godt frem for at løse opgaven om at vinde.
 ...dellen nedenfor er der beskrevet fire forskellige grupper ud fra om de scorer højt og/eller lavt i
 ...nholdsvis social sammenhold og opgavesammenhold.

Høj	Social sammenhold	Den hyggelige gruppe	Den velfungerende gruppe
		<ul style="list-style-type: none"> • Ikke så dygtige til at løse opgaver • God trivsel • Middel levetid 	<ul style="list-style-type: none"> • Dygtige til at løse opgaver • God trivsel • Lang levetid
Den dysfunktionelle gruppe		Den kolde og effektive gruppe	
<ul style="list-style-type: none"> • Dårlige til at løse opgaver • Dårlig trivsel • Kort levetid 		<ul style="list-style-type: none"> • Dygtige til at løse opgaver • Dårlig trivsel • Middel levetid 	
Lav		Opgavesammenhold	
		Lav	Høj

Synes at det er fedt at der er et skema, men kunne
 n evt. lave det lidt anderledes - der var lidt svært at
 se - Men IKKE slet det!

Spørgsmål

(vend papiret om - har
 tegnet hvordan det ser ud)

Typer af temaer og tematiske tekster

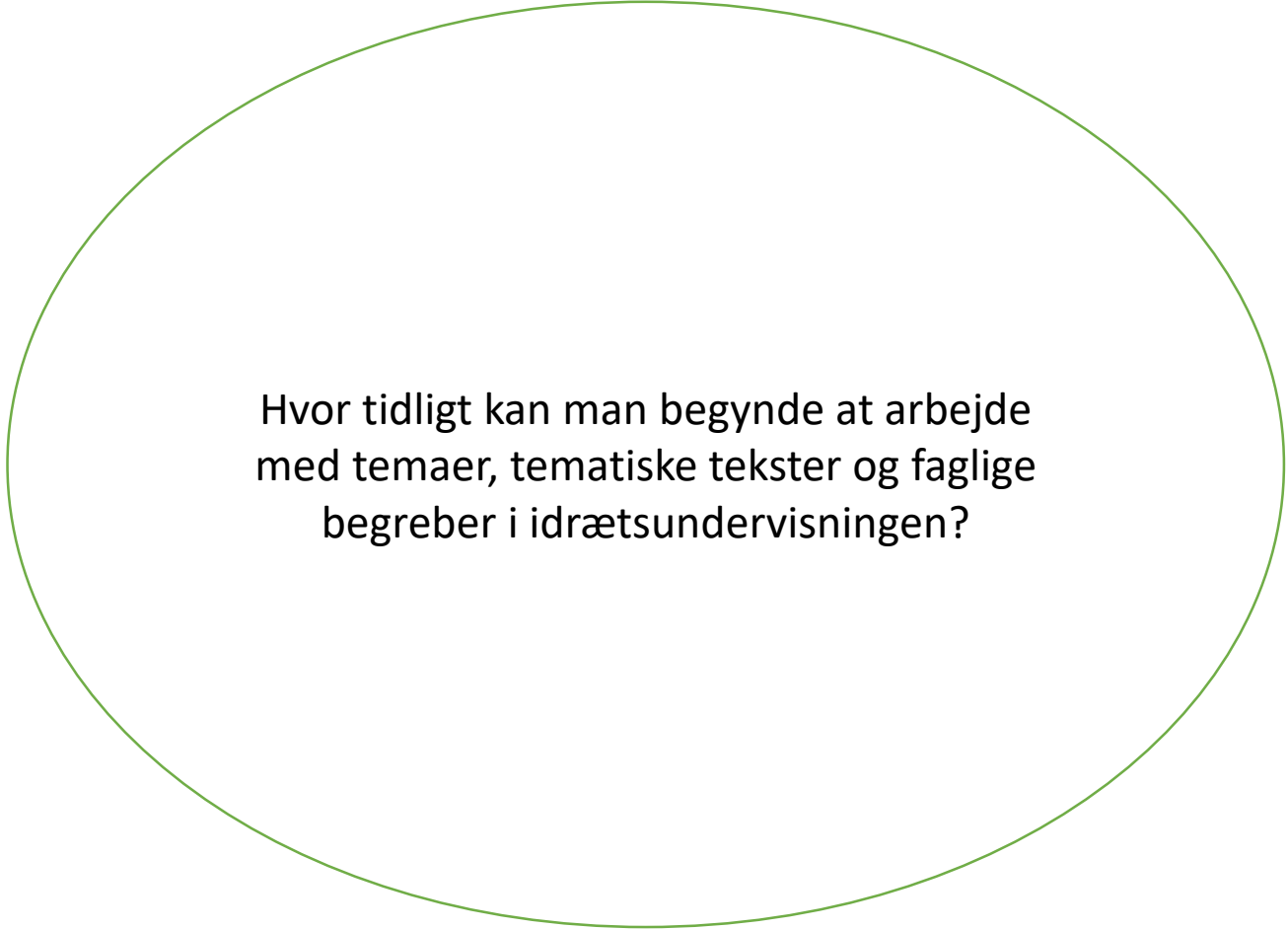
Perspektiverende og integrerede tematiske tekster

	Perspektiverende tema	Integreret tema
Karakteristik og formål	Perspektiverer idrætspraksis fx ved at få eleven til at reflektere over og diskutere idrættens betydning i samfundet eller mediers betydning for kropsidealer	Er integreret i en konkret idrætspraksis og hjælpe eleven til at blive bedre til noget, f.eks. at indgå i et spil, udforme et træningsprogram eller tage imod i et spring.
Eksempler	Idræt og snyd Psykisk sundhed Eliteidræt eller breddeidræt Fra folkedans til fitness	Tillid Feed-back Kroppens sundhed Motiverende målsætninger

Årsplan 9. klasse

Uge Kategori	32-36	37-43	44-48	2-6	8-12	13-17	Bufferuger
Indholds- område og fokus	Boldbasis og boldspil: Kaosboldspil- lenes taktik - basketball	Redskabsak- tiviteter: Fra håndstand til strakt over- slag	Fysisk træ- ning: Udhol- denhedstræ- ning	Dans og udtryk: Udvikling af koreografi om idrætsi- dentitet	Kropsbasis: Kampsport - judo	Løb, spring og kast: Kuglestød, længdespring og sprint	På 9. klasse- trin er forlø- bene kun 4 uger grundet prøver m.m.
Overordnet tema	Samarbejde		Identitet		Kultur		
Undertema	Kommuni- kation – jeg hører (ikke), hvad du siger	Tillid – griber du mig, hvis jeg giver slip?	Idræt, identi- tet og medier	Hvor blev min (idræts) identitet af?	Hvad i alver- den sker der her? Hvordan analyserer man idræts- kulturer?	At blive bedre eller blive bedst	

Indfasning af temabaseret idrætsundervisning



Hvor tidligt kan man begynde at arbejde med temaer, tematiske tekster og faglige begreber i idrætsundervisningen?

Konkrete eksempler på temaer i praksis

Tema: Samarbejde. Indholdsområde: Boldspil - ultimatebold. Undertema: Styrker og svagheder

	1. Lektion	2. Lektion	3. Lektion	4.-5. Lektion
Før timerne		Eleverne har hjemmefra læst en mindre tekst om hvordan man kan udvikle relationelle færdigheder ved at udnytte hinandens styrker og være opmærksomme på svagheder.		
I timerne	Læreren præsenterer nogle faglige pointe vedr. Samarbejde og styrker og svagheder. <ul style="list-style-type: none">• En aflevering er kun en aflevering hvis den modtages.• Væk fra at pege fingre af hinanden – man er gode sammen og man er dårlige sammen.	Læreren præsenterer det faglige begreb – tekniske relationelle færdigheder. Eleverne arbejder med at lære hinandens tekniske færdigheder at kende igennem småspil. De har fokus på hvordan de hver i sær helst vil modtage bolden.	Læreren præsenterer det faglige begreb – fysiske relationelle færdigheder. Eleverne arbejder med hvordan de kan udnytte fysikken på teamet ift. opstilling. Fx Højde, hurtighed, udholdenhed.	Læreren præsenterer det faglige begreb – taktiske relationelle færdigheder. Eleverne arbejder med hvem der gør hinanden gode på banen – fx giver hinanden mere tid med bolden. Evaluering ift. hvordan man kan udnytte styrker og vær opmærksomme på svagheder i andre sammenhænge

Konkrete eksempler på temaer i praksis

Tema: Kultur. Indholdsområde: Dans og udtryk. Undertema: Fra folkedans til fitness

	1. Lektion	2. Lektion	3.-4. Lektion	5. Lektion
Før timerne	Eleverne har læst en mindre tekst om folkedans eller dansekultur hjemmefra.			
I timerne	Eleverne arbejder med folkedans.	Eleverne arbejder med folkedans og ball-room fitness. Læreren introducerer 2 faglige begreber, fx: rum og relationer. Eleverne diskuterer afslutningsvist de to danse ud fra de faglige begreber.	Eleverne øver en simpel folkedans og får herefter i mindre grupper til opgave at lave den til en fitness-folkedans Evt. med fokus på rum og relationer.	Eleverne øver og viser deres fitness-folkedans. Eleverne perspektiverer til andre idrætsområder eller reflekterer over dans som kulturelt fænomen.

Konkrete eksempler på temaer i praksis

Tema: Sundhed. Indholdsområde: Fysisk træning. Undertema: Motiverende målsætninger

	1. Lektion	2.-4. Lektion	5. Lektion
Før timerne	Eleverne har læst en mindre tekst om målsætninger hjemmefra.		
I timerne	<p>Eleverne arbejder med grundtrænings-elementerne.</p> <p>Herefter taler eleverne om, hvilken målsætning de vil sætte for sig selv (ud fra forskellige muligheder) De bruger modellen til at lave en realistisk målsætning.</p> <p>Eleverne laver en lille test hvor de kan se deres udgangspunkt.</p>	Eleverne arbejder med grundtrænings-elementerne.	<p>Eleverne gentager testen og ser om der er sket en forbedring fra 1. gang.</p> <p>Eleverne taler parvis om deres målsætning og hvorvidt den blev indfriet. Derefter kan man drøfte om det var motiverende eller ej at arbejde med målsætninger.</p>

Tænk på det forløb,
I skal køre efter
efterårsferien.

Hvilket tema kunne
være omdrejnings-
punkt for dette
forløb?

Opgave

Placer jer ved et af
de fem borde alt
efter, hvilket tema I
gerne vil arbejde
med:

Sundhed, kultur,
samarbejde
samfund, identitet

1: Præsenter jer og jeres forløb.

2: Hvilke mulige undertemaer kunne passe til dette tema? Brainstorm ved bordene. Brug jeres erfaringer.

3: Vælg et undertema, som I i gruppen vil gå videre med.

Opgave

4: Gå i dybden med jeres undertema. Hvilke faglige begreber er relevante at arbejde med?

5. Kom med mindst én konkret ide til, hvordan tema og praksis kan knyttes sammen i undervisningen.

Vidensdeling og
opsamling

Annemari Munk Svendsen: amsvendsen@health.sdu.dk

Andreas Bolding Christensen: abch@ucl.dk

