



Cirkuseksperimenter

Didaktiske greb

Eksperimentere

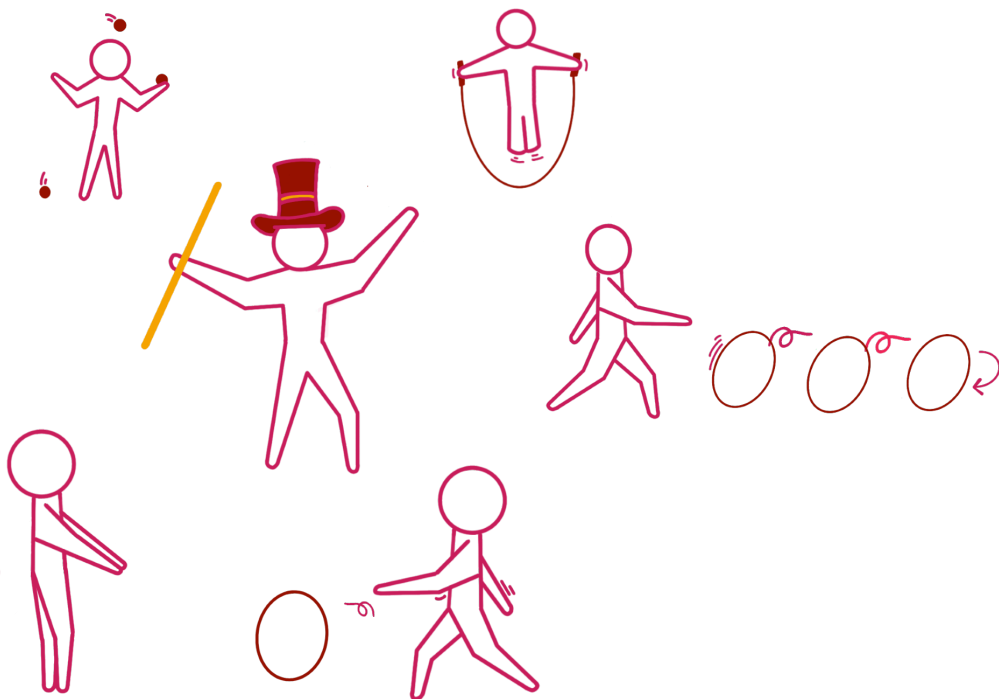
Beskrivelse

- > Start eventuelt undervisningen med at lade eleverne indtage idrætsrummet, som de har lyst til. Lad eleverne eksperimentere med rekvisitterne. Fordelen ved det er, at du ikke skal starte undervisningen med en samling, hvor du skal bruge tid på at skabe ro, men derimod bruge elevernes energi konstruktivt og komme hurtigt i gang med den eksperimenterende undervisning.
- > Bevæg dig sammen med eleverne. Brug eventuelt animation og eller imitation. Eksperimenter sammen med eleverne. Undersøg rekvisitterne. Hvad kan den bruges til? På hvor mange forskellige måder kan man bruge rekvisitterne?
- > Fokus på de elever, der har svært ved at komme i gang med at eksperimentere med rekvisitterne.
- > Undervejs opstår der formentlig små fællesskaber, hvor eleverne laver noget sammen. Det må de gerne.

Rekvisitter

- > Anvend gerne nogle for eleverne ukendte og særlige rekvisitter, som eleverne kan bruge til at eksperimentere med.

CIRKUSSKOLEN
CIRKUSEKSPERIMENTER



VIA University
College



Horsens Kommune

A.P. MØLLER FONDEN





Flest mulige tricks på tid

Didaktiske greb

Eksperimentere

Beskrivelse

Forestil jer, at I er cirkusartister, som skal finde på nogle nye tricks til dette års cirkus. I har nu x-antal minutter (fx tre minutter, men vurder elevernes flow) til at eksperimentere og lave så mange tricks som muligt med en af rekvisitterne, der ligger på gulvet fx en hulahopring. Tæl, hvor mange tricks I finder på. Sæt i gang”.

- > Vis nogle af de nedenstående tricks til eleverne, så de kan blive inspireret og måske starte med at imitere/kopiere.
- > Når eleverne går i gang med at eksperimentere, kan du gå forrest og eksperimentere med. Du igangsætter bevægelse med bevægelse (animation).

Forslag hvis eleverne har hver deres hulahopring:

- > Snurre rundt på forskellige kropsdele, snurre rundt på gulvet, køre på gulvet, kaste op og gribe på forskellige måder.
- > Hjælp de elever, der har svært ved at komme i gang. Måske har de svært ved at se meningen, fordi de er vant til at blive styret mere i, hvad de skal gøre.
- > Anerkend eleverne ved at se dem, blive imponeret, udfordre dem og rose dem for deres gå på mod og eksperimenter. Husk, at du er ved at skabe et mulighedsrum med mange mulige løsninger.

Når x-antal minutter er gået, kan du lave en time-out, hvor eleverne viser nogle af de tricks, de har fundet på.

CIRKUSSKOLEN
FLEST MULIGE TRICKS PÅ TID



03:00

Hvor mange forskellige tricks kan I nå?





Fem tricks med en hulahopring

Didaktiske greb

Eksperimentere

Beskrivelse

Herunder kommer et forslag til fem forskellige tricks med en hulahopring inddelt i niveauer. Når man har klaret trick 1 fem gange i træk, skal man gå videre til næste trick, osv.

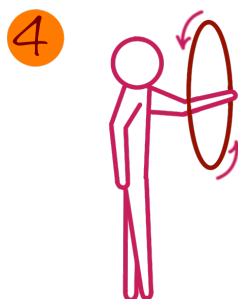
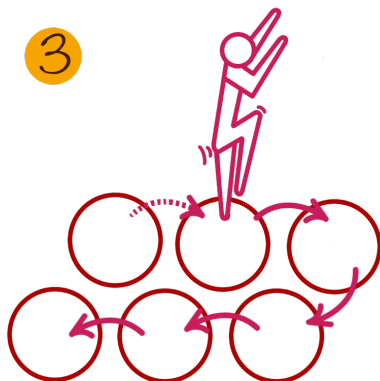
- > Trick #1: Kast hulahopringen ca. 2 meter op i luften med én hånd, og grib med den anden hånd. Gør det nu modsat, så du kaster og griber med en forskellig hånd hver gang.
- > Trick #2: Snur hulahopringen rundt i minimum 10 sekunder på både højre og venstre arm.
- > Trick #3: Lav spind i hulahopringen, så den kommer tilbage, når du har kastet den langs gulvet.
- > Trick #4: Lav spind i hulahopringen så den kommer tilbage, når du har kastet den langs gulvet. Hop over ringen, når den kommer tilbage.
- > Trick #5: Find selv på dit sidste trick. Måske er det en kombination af nogle af de forrige tricks.

Rekvisitter

- > Hulahopring



CIRKUSSKOLEN
FEM TRICKS MED EN HULAHOPRING





Balancepositioner

Didaktiske greb

Eksperimentere

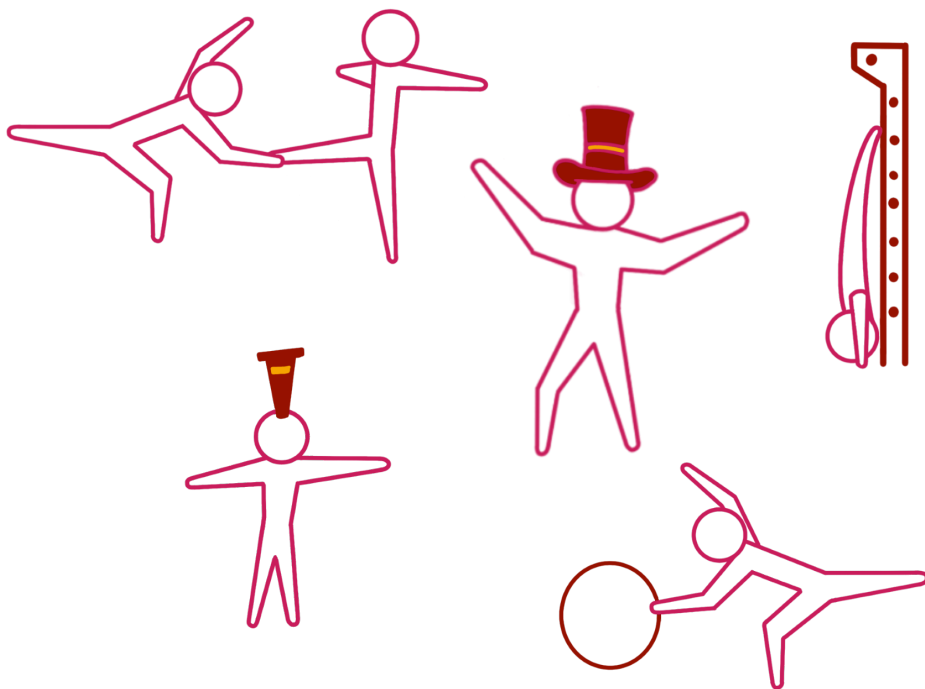
Beskrivelse

Forestil jer, at I er cirkusartister. For mange cirkusartister er det vigtigt at have en god balance, fordi de tricks, de laver, kræver balance og kropskontrol. Nu skal I eksperimentere med balance og ubalance. Jeg skal bruge to, der kan vise sammen med mig.

Målet er, at eleverne får så mange ideer som muligt til forskellige balancepositioner, og at de også "lykkes" med at komme i ubalance og vælte, fordi de er så gode til at eksperimentere og udfordre sig selv.

- > Skab mulighedsrum. Ingen vurderinger.
- > Aktiviteten går ud på at finde på nye måder at holde balancen på.
- > Kontaktpunktet med jorden/gulvet skal være forskelligt hver gang.
- > I må bruge alle kropsdele, og I skal prøve at holde balancen i tre sekunder hver gang.

CIRKUSSKOLEN
BALANCEPOSITIONER



VIA University
College



Horsens Kommune

A.P. MØLLER FONDEN



SLAGELSE
KOMMUNE



dansk
Skoleidræt



Behændighed-variation

Didaktiske greb

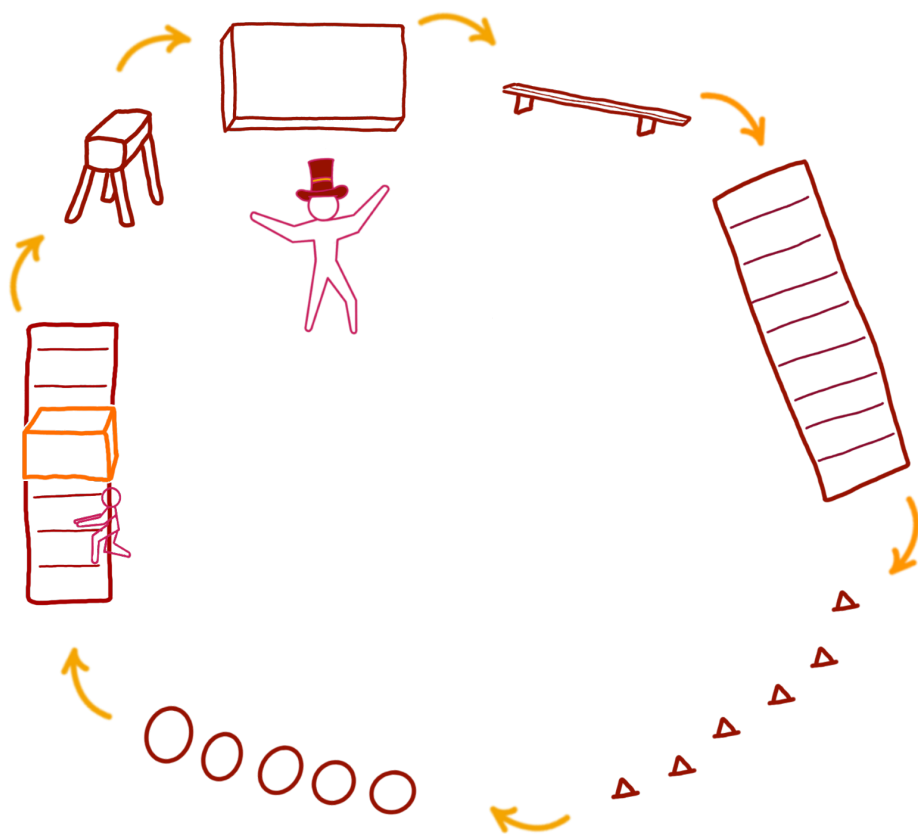
Eksperimentere

Beskrivelse

Forestil jer, at I er cirkusartister. Når man er en cirkusartist, er det godt at kunne få mange nye ideer eller kunne variere sine forskellige tricks, så man kan overraske publikum med tricks, de aldrig før har set – og så bliver de imponerede. På den her behændighedsbane skal I øve jer på at variere måden, som I klarer forhindringerne på. Målet er at eleverne kan variere deres måde at passere forskellige forhindringer på.

- > Alle eleverne lærer vejen rundt på behændighedsbanen og har prøvet den et par gange.
- > Udpæg x-antal steder på banen, hvor eleverne ikke længere må passere stedet/forhindringen på samme måde.
- > Det kunne fx være et sted, hvor der ligger en stor madras på gulvet. Madrassen skal hver gang passeres på en ny måde.
- > Fx gå, løbe, hoppe, kravle, rulle, trille, kolbøtte, rullefald, danse, armsving, vejrmølle, flyve, osv. Mulighederne er uendelige.
- > Et kast med ærtepose skal gøres på en ny måde hver gang. Fx venstre, højre, gennem benene, bag om ryggen, over skulderen, osv.
- > Man skal op ad trappen på forskellige måder hver gang. Fx et trin ad gangen, to, hoppe, hinke, baglæns, med lukkede øjne, sidelæns, kravle, osv.

CIRKUSSKOLEN
BEHÆNDIGHED-VARIATION





Flest mulige tricks på tid i nyt rum

Didaktiske greb

Forestil jer, at I er cirkusartister, som skal finde på nogle nye tricks til dette års cirkus. I har nu x-antal minutter (fx tre minutter, men vurder elevernes flow) til at eksperimentere og lave så mange tricks som muligt med en af rekvisitterne, der ligger på gulvet fx en hulahopring. Tæl, hvor mange tricks I finder på. Sæt i gang”.

Beskrivelse

- > Du går selv med og anvender din egen krop til at gå forrest og vise eleverne, hvad du mener med at eksperimentere og lave så mange tricks som muligt.
- > Du igangsætter bevægelse med bevægelse (animation).
- > Anerkend Hjælp de elever, der har svært ved at komme i gang. Måske har de svært ved at se meningen, fordi de er vant til at blive styret mere i hvad de skal gøre
- > Anerkend eleverne ved at se dem, blive imponeret, udfordre dem og rose dem for deres gå på mod og mange eksperimenter. Husk, at du er ved at skabe et mulighedsrum med mange mulige løsninger.
- > Når x-antal minutter er gået, kan du lave en time-out og spørge, hvor mange tricks de har noget at lave. Eventuelt se nogle af elevernes tricks, men pas på det ikke kommer til at tage for meget tid.

CIRKUSSKOLEN
FLEST MULIGE TRICKS PÅ TID I NYT RUM



VIA University
College



SDU
Syddansk Universitet

Horsens Kommune

A.P. MØLLER FONDEN



SLAGELSE
KOMMUNE



dansk
Skoleidræt



Udfordre og eksperimenter med hinanden

Didaktiske greb

Målet er at eleverne kan give hinanden udfordringer og at de kan eksperimentere med at variere udfordringerne, så de bliver nøjagtigt tilpasse.

Fokus: Samarbejde om udfordringer og variationer

Se videoen "Idræt på legepladsen" her for at få inspiration til øvelsen. Læg i videoen mærke til, hvordan eleverne hjælper hinanden undervejs.

- > Cirkusartisterne går sammen i par. De skal nu skiftes til at give hinanden udfordringer som de kan finde på i området.
- > Først viser elev A en udfordring til elev B. Fx finder elev A et sted, hvor man kan gå på line eller hoppe ned fra noget og lave et rullefald.
- > Eleven der giver udfordringen, viser først selv og derefter skal den anden prøve.
- > Eleverne hjælper hinanden med at klare udfordringen. Hvis de har nemt ved det, skal de eksperimentere med at gøre det svære, så de får en nøjagtigt tilpasset udfordring.
- > Det kan fx være at de finder noget som de kan lægge på deres hoved og som de så skal balancere med samtidig med at de går på line.
- > En tennisbold de skal gribe imens de gynger.
- > Undervejs går du som underviser rundt og hjælper eleverne med at tilpasse udfordringerne, så eleverne mærker at de skal kæmpe lidt med inden de kan lykkes.

