



## EKSEMPEL PÅ DISPOSITION

### Gruppemedlemmernes navne:

Emilie, Thomas, Mathilde og Jakob

### Klasse:

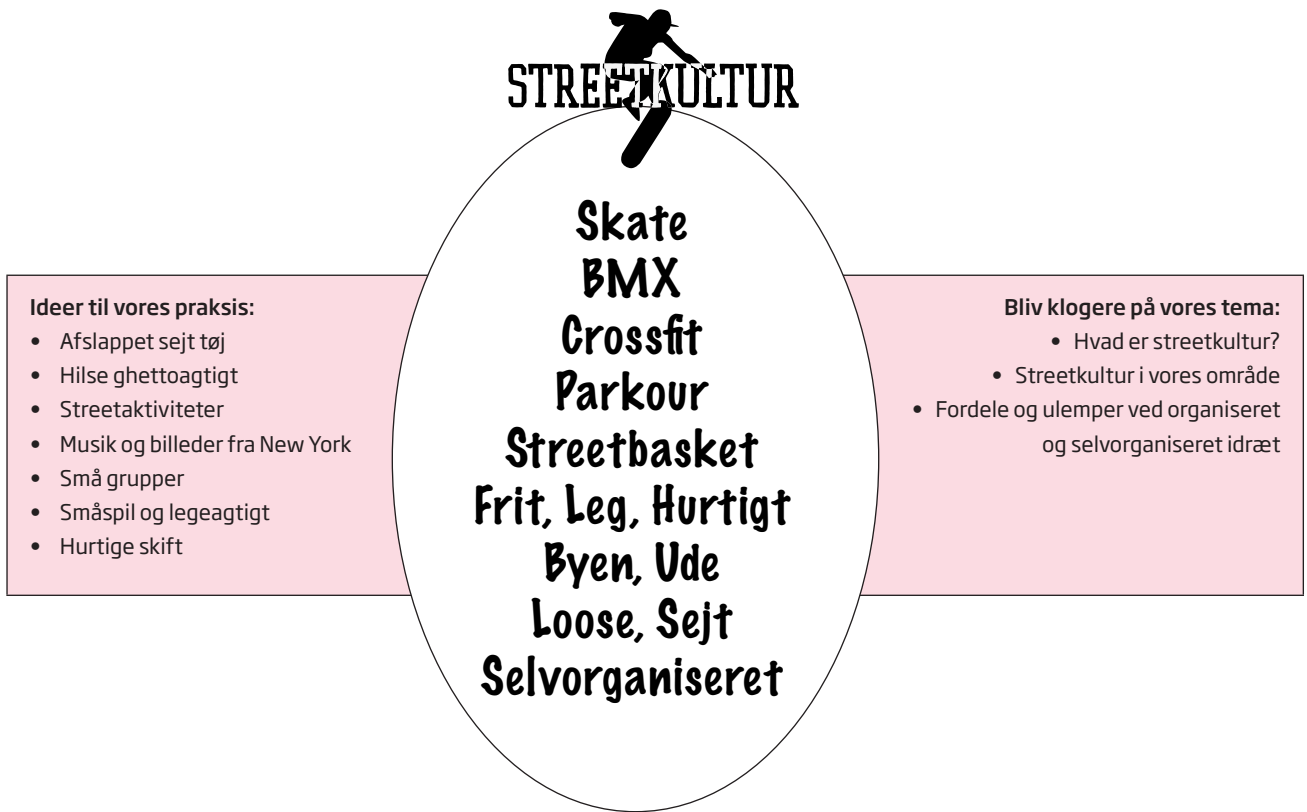
9.b.

### Tema og indholdsområder:

- Indholdsområder: A) Redskabsaktiviteter og B) Boldbasis og boldspil
- Overordnet tema: Streetkultur

### Sammenhæng mellem tema og indholdsområder:

I vores arbejde med temaet har vi lavet brainstorm (cirklen i midten) - og vi har derfra fået ideer til praksis (venstre kasse) og opstillet spørgsmål, vi ville se nærmere på (højre kasse).



Spørgsmålene til højre vil vi gerne diskutere til den mundtlige samtale.

Ideerne til venstre har vi taget med i vores praksisprogram.

Se på næste side, hvordan vi har sammensat vores program ud fra temaet og kravene fra de to indholdsområder.



## Praksisprogram

### TEMAET I PRAKSIS:

- Vi vil gerne vise idrætsaktiviteter, der hører under streetkulturen. Derfor vælger vi i redskabsaktiviteter at arbejde med parkour, og i boldbasis og boldspil arbejder vi med streetbasket.
- Bevægelserne er i begge aktiviteter lidt afslappede og individuelle, og vi forsøger at lave dem sådan.
- Der trænes og spilles i små grupper i byen - vi leger, vi er udendørs på forskellige slags baner og pladser.
- Vi vil gerne skabe en stemning af streetkultur gennem det lidt frie og legende, afslappede tøjstil, ikke så faste former, men fart og aktion.
- Byens puls vil vi vise gennem lyd og billeder.



### VORES PRAKSISPROGRAM

#### Redskabsaktiviteter

- Streetkultur: vi mødes tilfældigt og hilser
- Grundbevægelser fra Parkour: Lazy vault, Gap Jump and Roll, Gate Vault, Cat Balance, Palm spin
- Individuelle sekvenser gennem banen
- Bane gennemløbes parvis synkront til musik

#### Boldbasis og boldspil

- Musik og fri leg med bolden individuelt (dribling og boldføling)
- Streetbasket grundøvelser parvis (aflevering/modtagning og lay-up)
- Småspil med fokus på spilbarhed (spilskygge, retnings- og temposkift)
- Småspil med fokus på angreb
- Vores egen spilkonstruktion "streetultimatebasket"



#### I REDSKABSAKTIVITETER LÆGGER VI VÆGT PÅ:

##### Kropslige og idrætslige færdigheder:

- Sammensætninger inden for parkour
- Forskellige niveauer
- Kvalitet i bevægelser: bevægelser der fungerer og ser lette ud i et glidende flow

##### Samarbejde:

- Modtagning på Gate Vault
- Samtidighed i nogle bevægelser

##### Udvikling af idrætsaktiviteter:

- Vores egne baner og forløb
- Musik og bevægelser, der passer til vores tema

#### I BOLDBASIS OG BOLDSPIL LÆGGER VI VÆGT PÅ:

##### Kropslige og idrætslige færdigheder:

- Basisteknik inden for streetbasket
- Samspil og taktiske elementer

##### Samarbejde:

- Spil, hvor alle er aktive
- Kommunike tydeligt
- Forskellige regler og roller for forskellige spillere

##### Udvikling af idrætsaktiviteter:

- Konstruktion af vores eget spil
- Øvelser og spil, der passer til vores tema



## Anvendte tekster:

- XXXX
- 
- 

## Valg af musik og links:

### Musik:

- XXXX
- 
- 

### Links:

- Under praksisfremvisningen vil der i baggrunden køre en video fra Youtube af: XXXX se følgende link: XXXX
- 
- 

## Elev underskrifter:

## Lærer underskrift: