

HÅNDBOLDFORLØB 4.- 6.KLASSE

SPILET I CENTRUM



HÅNDBOLD I SKOLEN
- ALLE BØRN I SPIL



KÆRE FORENINGER, FORENINGSLEDERE OG TRÆNERE, KÆRE SKOLER, LÆRERE OG PÆDAGOGER

Dansk Håndbold Forbund (DHF) præsenterer hermed materialer til et håndboldforløb for 4.-6.klasse. Materialerne er udviklet primært med henblik på samarbejde mellem foreninger og skoler.

Formål:

DHF ønsker med dette materiale at styrke elevernes viden, færdigheder og kompetencer indenfor regelbaseret holdspil og spiludvikling i forhold til de nye færdigheds- og vidensmål for faget Idræt.

Forløbet er bygget op ud fra tanken om, at trænere, frivillige fra håndboldklubben, lærere og pædagoger skal kunne udføre og undervise i de forskellige elementer i forløbet. Forløbet bør derfor også kunne udføres uden deltagelse fra foreningen og kun med skolens lærere og/eller pædagoger. Det er derfor ikke en forudsætning, at man har en håndboldfaglig viden for at kunne gennemføre forløbet.

Forløbet kan benyttes i sin fulde længde eller som et kortere eller længere forløb. Foreningen og skolen får mulighed for at benytte de enkelte lektioner til en introduktion af håndbold eller af regelbaserede boldspil overordnet.

Fokus for forløbets opbygning og indhold er, at eleverne i disse klassetrin skal opnå kendskab og færdigheder indenfor regelbaseret boldspil. Derudover at eleverne introduceres for og opnår grundlæggende tekniske færdigheder med bolden. Det er vigtigt at få alle børn i spil. I lektionerne beskrives aktiviteter, hvori overvejelser omkring bane og boldvalg medvirker til at udfordre både uøvede og øvede elever. Forløbet tager udgangspunkt i en præsentation af spillet Totalhåndbold.

Mål:

- At give eleverne oplevelsen af at indgå i et holdspil
- At eleverne forstår ord og vendinger, som indgår i regelbaseret boldspil, fx "fairplay"
- At give eleverne viden om et regelbaseret holdspil: håndbold
- At spille med få regler og høj intensitet
- At videregive glæden ved boldspil og særligt håndbold

OPBYGNING

Forløbet er bygget op om 6 lektioner á 90 minutter. Hver lektion består á 60 minutters undervisning og 30 minutter til omklædning og bad. De 6 lektioner er inddelt i 2 hovedtemaer: Hovedtema 1 – Totalhåndbold giver en introduktion til et regelbaseret holdspil og består af i alt 2 lektioner. Hovedtema 2 – Spiludvikling og spilændringer giver eksempler på måder at justere og ændre boldspil og består af i alt 4 lektioner.

- Totalhåndbold 2 lektioner
- Spiludvikling og spilændringer 4 lektioner

Alle lektioner i forløbet er inddelt i 3 lektionsdele, som hver især er angivet med henholdsvis 15 og 30 minutter, som tilsammen udgør en lektion på 60 minutter. Lektionsdelene består af 3 temaer:

- Lege 15 minutter
- Teknik og motorik 15 minutter
- Boldbasis og spil 30 minutter

Foreningsinstruktører, skolens lærere eller pædagoger kan også benytte lektionsdelene som inspiration til:

- Bevægelsesbånd
- Bevægelse i den understøttende undervisning
- Bevægelse i den fagopdelte undervisning



PÆDAGOGISKE OVERVEJELSER

Faciliteter: Forløbet og de forskellige dele i lektionerne kan udføres alle steder (hal, sal, skolegård, mv.)

Organisering: Forløbsplanen og lektionsplanerne kan ændres eller sammensættes på flere forskellige måder. Lektionsdelene med temaet ”Lege” kan med fordel benyttes som opvarmning. Herefter kan delen med ”Teknik og Motorik” udføres, og lektionen kan afsluttes med ”Boldbasis og Spil”.

Ved denne opdeling kræver det, at alle pædagoger, lærere, trænere og frivillige kender til alle lektionsdele. Dette gør, at de har mulighed for at skifte mellem alle elevgrupper og sætte grupper i gang eller ændre på aktiviteten, hvis der er behov for det. Det er muligt at organisere lektionerne, så underviserne kan placere sig imellem aktiviteterne eller i og omkring en aktivitet (se s.5).

Det er også muligt at lave lektionen ud fra et princip omkring stationstræning. Her bør man overveje, om det er nødvendigt med anden form for opvarmning, inden aktiviteterne sættes i gang. Her kan læreren, den frivillige eller pædagogen være ansvarlig for en specifik del i lektionen afhængigt af antallet af voksne.

Bane: Ved opstilling af baner er det vigtigt at gøre sig overvejelser omkring størrelsen af banerne. Små baner gør ofte spillet teknisk sværere, men en (for) stor bane kan være uoverskuelig og gøre spillet relativt sværere. Vær opmærksom på at justere banerne i forhold til elevernes niveau og antal.

Elevinddeling: Spil og lege med bold foretrækkes i mindre grupper, så eleverne får mange boldberøringer og har færre medspillere og modspillere at skulle forholde sig til.

Bold: Bold og boldvalg kan hurtigt ændre spillets sværhedsgrad, fx er en volleyball nemmere at kaste op ad en væg og gribe igen end en tennisbold.



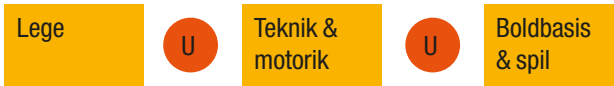
- Igennem hele forløbet er der lagt stor vægt på, at bolden bliver præsenteret i forskellige størrelser og materialer, fx:
- Street (hånd)bold
- Tre-lags gummibold
- Skumbold
- Tennisbold
- Volleyball
- Fodbold
- Basketball

ORGANISERING

Én underviser per aktivitet (U). Underviseren er placeret i eller omkring aktiviteten.



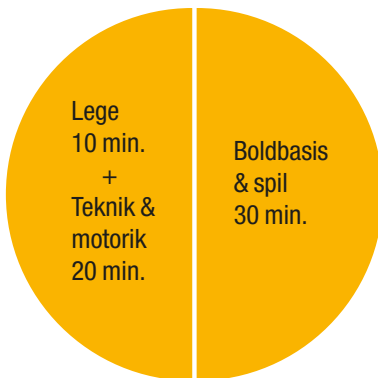
Fleere aktiviteter per underviser. Underviseren er placeret imellem aktiviteterne.



OPBYGNING

ROTATION/STATIONSMODEL

Eleverne roterer til en ny del.



TRINVIS MODEL

Alle eleverne laver den samme del.



SPILLET I CENTRUM

- **1. Lektion - Totalhåndbold, Del 1 – 3**

Formål: At lære eleverne Totalhåndbold og de grundlæggende regler i et færdigt regelbaseret boldspil. At italesætte betydningen af ”aflevering i løb”.

- **2. Lektion – Totalhåndbold, Del 4 – 6**

Formål: At eleverne får erfaringer med at spille på forskellige positioner og i forskellige formationer i Totalhåndbold. At italesætte betydningen af ”forsvar og angreb” og ”bredde og dybde i spillet”.

- **3. Lektion Spiludvikling og spilændringer, Del 7 – 9**

Formål: At lære eleverne justeringer og spilændringer ift. Spilhjulets element omkring bolden. Italesætte betydningen af ”boldtypen og driblinger”.

- **4. Lektion Spiludvikling og spilændringer, Del 10 – 12**

Formål: At lære eleverne justeringer og spilændringer ift. Spilhjulets element omkring banen og målet. At italesætte betydningen af ”en bane og et mål”.

- **5. Lektion Spiludvikling og spilændringer, Del 13 – 15**

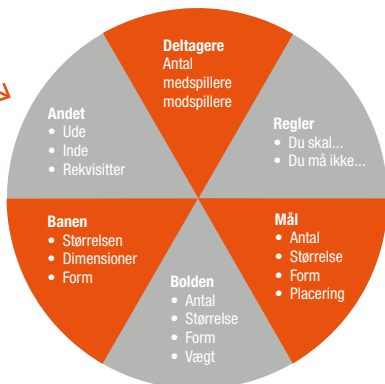
Formål: At lære eleverne justeringer og spilændringer ift. Spilhjulets element omkring regler. At italesætte betydningen af ”vinde og tabe” og ”Fairplay”.

- **6. Lektion Spiludvikling og spilændringer, Del 16 – 18**

Formål: At lære eleverne justeringer og spilændringer ift. Spilhjulets element omkring regler. At italesætte betydningen af ”et hold”.

I kan eventuelt afslutte forløbet med en ekstra lektion, hvor der laves en totalhåndboldturnering.

SPILHJULET



FAGLIGT INDHOLD

I forløbet er der tænkt elementer ind fra færdigheds- og vidensmål efter 5.klassetrin (fra Undervisningsministeriet 2014).

FÆRDIGHEDS – OG VIDENSMÅL FOR FAGET IDRÆT EFTER 5. KLASSETRIN.

- Eleven kan i bevægelse modtage og aflevere forskellige boldtyper
- Eleven har viden om regler i boldspil
- Eleven har viden om spiludvikling
- Eleven har viden om centrale fagord og begreber
- Eleven har viden om tabe- og vinderreaktioner
- Eleven har viden om Fairplay

Derudover er der i høj grad lagt vægt på, at lektionerne og undervisningen indeholder aktiviteter, der har fokus på områderne:

- *Sundhed*
- *Læring*
- *Trivsel*
- *Høj intensitet*

Derudover at få *Alle børn i spil*.



DEN GODE BOLDOPLEVELSE

Med dette materiale håber DHF at inspirere og gøre det lettere for skoler og foreninger at samarbejde om at skabe gode boldoplevelser og læring for de danske skoleelever.

DHF ønsker at bidrage med konkrete tiltag eller inspiration til fremtidige samarbejder mellem foreninger og skoler, hvor viden og erfaringer kan blive videregivet fra og til begge parter. Vidensdelingen kan være afgørende for at få flere børn i spil.

Håndbold udenfor skolen er i høj grad en konkurrenceidræt, men det behøver det ikke at være i skolen. Håndbold i skolen skal i højere grad handle om at få alle børn i spil, blandt andet gennem leg med bolden. I skolen skal børnene opleve de mange muligheder, der opstår, når de spiller sammen med andre og mod andre.

- Street Handball giver i høj grad muligheden for at tænke håndbolden ind i nye rammer - ud af hallen, væk fra konkurrencen og over i legen.
- Totalhåndbold – spil på lille bane - giver i høj grad mulighed for at arbejde med håndboldens kerne indenfor rammer, hvor eleverne - uanset niveau - kan blive en del af spil med andre og mod andre.

Street Handball – et oplagt spil til frikvarteret i skolegården som et selvorganiseret håndboldspil

INSPIRATION

Find yderligere inspiration til netop jeres forløb eller samarbejde på

www.haandbold.dk

Her kan I blandt andet finde videoer af lege og øvelser, eksempler på samarbejder fra andre foreninger og skoler eller blive klogere på spillene Totalhåndbold og Street Handball.

