

IDRÆTSLÆRERNE FORUM 2017

Få masser af inspiration, viden og netværk til din rolle som idrætslærer



**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**

danmark
idræt

TrygFonden

NORDEA
FONDEN

DGI



IDRÆTSLÆRERNES FORUM 2017

I år afholdes Idrætslærernes Forum to steder i landet, så endnu flere idrætslærere kan få inspiration

2

Formål

Det overordnede formål er at styrke idrætsfagets status og præsentere den nyeste viden i praksis og teori indenfor faget. Samtidig er der mulighed for at opbygge et netværk blandt idrætslærerne til gavn og glæde for den enkelte lærer, skole og kommune.

Hvem

Målgruppen for Idrætslærernes Forum er aktive idrætslærere og andre faggrupper der underviser i og har interesse for faget idræt.

Hvor, hvornår og hvordan

- Vingstedcenteret
Vingsted Skovvej 2
7182 Bredsten
Onsdag d. 4. oktober kl. 09.30 til
torsdag d. 5. oktober kl. 14.30
Tilmeldingsfrist: 30. august 2017
Tilmeldingslink: ilf.nemtilmeld.dk/2

- Ringsted sport center
Tværalle 8
4100 Ringsted
Torsdag d. 26. oktober kl. 09.30 til
fredag d. 27. oktober kl. 14.30
Overnatning: Sørup Herregård
Tilmeldingsfrist: 30. august 2017
Tilmeldingslink: fritilmeld.dk/ILF2017-Ringsted

Praktiske oplysninger

Pris og betaling

Deltager uden overnatning:	2.295 kr.
Deltager med overnatning i dobbeltværelse:	2.595 kr.
Deltager med overnatning i enkeltværelse:	3.095 kr.

(NB! begrænset antal og kun få pladser)

Der udsendes faktura umiddelbart efter, at tilmeldingen er modtaget med efter-



følgende 14 dages betalingsfrist. Når fakturaen er betalt, kan du betragte dig som deltager på Idrætslærernes Forum 2017.

Afbud

Deltagergebyret refunderes ikke ved afbud senere end 30 dage før arrangementets afvikling – uanset årsag.

Transport

Man kan tilmelde sig gratis bustransport:

- **Onsdag d. 4. oktober kl. 10.05**
Vejle banegård - Vingstedcenteret
Torsdag d. 5. oktober kl. 14.30
Vingstedcenteret - Vejle banegård
- **Torsdag d. 26. oktober kl. 17.15**
Ringsted sport center - Sørup Herregård
Fredag d. 27. oktober kl. 08.30
Sørup Herregård - Ringsted sport center

Øvrige transportudgifter til og fra arrangementerne afholdes af deltagerne.

Øvrigt

Max. 200 deltagere pr. arrangement - optages i rækkefølge efter tilmelding. Der er mulighed for venteliste. Alle deltagere får udleveret en ILF 2017 T-shirt. Husk derfor at oplyse størrelse ved tilmelding.

Bekræftelse og information

Deltagerliste, praktiske oplysninger mv. udsendes til alle deltagere ca. to uger før arrangementets afvikling.

3

PROGRAM

DAG 1 - IDRÆTSLÆRERNES FORUM 2017

	VINGSTED	RINGSTED
	Onsdag d. 4/10	Torsdag d. 26/10
Ankomst – kaffe/ the og brød	09.45-10.45	09.45-10.45
Aktiv åbning - cheerleading	10.45-11.30	10.45-11.30
Velkomst og praktisk info	11.30-11.45	11.30-11.45
Nyt fra læringskonsulenterne	11.45-12.00	11.45-12.00
Frokost	12.00-12.45	12.00-12.45
Markedsplads – mød diverse udstillere	12.45-13.45	12.45-13.45
Indkvartering	13.45-14.15	
1. runde workshops – se program	14.15-15.45	13.45-15.15
Pause – sandwich - vand	15.45-16.15	15.15-15.45
2. runde workshops – se program	16.15-17.45	15.45-17.15
Bus og indkvartering Sørup Herregård		17.30-18.00
Omlædning	17.45-19.15	18.00-19.15
Velkomstdrink	19.15-19.30	19.15-19.30
Middag og fest	19.30-00.30	19.30-00.30
Baren er åben	00.30-02.00	00.30-02.00

4

DAG 2 - IDRÆTSLÆRERNES FORUM 2017

	VINGSTED	RINGSTED
	Torsdag d. 5/10	Fredag d. 27/10
Morgenmotion	07.30	07.00
Morgenmad og check ud af værelserne	07.45-08.45	07.30-08.30
Busafgang Sørup Herregård		08.30
1. runde workshops – se program	09.00-10.30	09.00-10.30
Pause	10.30-11.00	10.30-11.00
2. runde workshops – se program	11.00-12.30	11.00-12.30
Frokost	12.30-13.30	12.30-13.30
Foredrag: Idræt - folkeskolens vigtigste fag...	13.30-14.15	13.30-14.15
Afslutning og afgang	14.15-14.30	14.15-14.30

PROGRAM - PLENUM

Cheerleading - den ultimative holdsport

Kast dig ud i noget nyt – kast dig ud i armene på din makker og oplev suset i maven, når du overskrider grænser – kast dig ud i CHEERLEADING!
Dygtige instruktører kommer og sætter gang i cheerleading – på den fede måde! Vi skal heppe, kravle, løfte og kaste med hinanden, når vi begiver os ud i at lave diverse akrobatiske opstillinger. Du får masser af sjov, samarbejde og ansvar. Vi er der for hinanden – og er afhængige af hinanden.
*Cheerleadinginstruktører,
Dansk Amerikansk Fodbold Forbund*

Markedsplads

Mød en række udbydere af forskellige nye og spændende redskaber og ideer til idrætsundervisningen, og få en snak om, hvordan du kan bruge dem på din skole.

Idræt er efter folkeskolereformen blevet skolens vigtigste fag! Hvordan kan vi forstå det?

Idræt er skolens centrale fag for samfundssocialisering, dannelse og sundhed. Det vil Mads Hermansen sandsynliggøre ved gennemgang af relevante forsknings- og teorifunderede overvejelser, hvor læring, historiefortælling og kvalifikation til aktiv deltagelse er centrale omdrejningspunkter.

*Mads Hermansen,
dr. pæd. aut. psykolog*



5

WORKSHOPS DAG 1

Workshop 1-2 er teoretiske
Workshop 3-10 er praktiske

1) Evaluering og standpunktskarakterer i udskolingen

Er du idrætslærer i udskolingen, og synes det kan være en udfordring at evaluere eleverne og give dem standpunktskarakterer i idræt? Er du i tvivl om, hvad du skal bedømme eleven på? Og har du brug for konkrete forslag til evaluering? Har du brug for vejledning, sparring og anbefalinger, så kom til denne workshop. Deltagerne vil blive introduceret til konkrete redskaber og metoder til evaluering og fastsættelse af standpunktskarakterer med udgangspunkt i ministeriets retningslinjer og anbefalinger. Vi præsenterer egen praksiserfaring og debatterer udfordringer og succeser.

Idrætslærere Allan Skoven Pedersen og Torben Gohr Jespersen, Idrætskanonen - Målstyret Idræt

2) Udskolingen, idrætsundervisningen og køn - udfordringer og løsninger

Workshoppen sætter fokus på piger og drenge forskellige deltagelse og interesser i idrætsundervisningen, samt hvordan disse kønsmæssige forskelligheder skaber udfordringer for specielt pigernes deltagelse. Vi vil drøfte hvilke didaktiske, sociale og psykiske parametre, der bør lægges vægt på i idrætsundervisningen, så både piger og drenge føler sig veltilpassede og inkluderede. Med afsæt i erfaringer og resultater fra interventionsstudiet "In-

kluderende idrætsundervisning" bliver der præsenteret eksempler på undervisning, der virker motiverende for begge køn. En workshop, hvor der fremlægges ny viden og gode eksempler, samt plads til debat, spørgsmål og erfaringsudveksling.

*Charlotte Østergaard, docent, ph.d.
Professionshøjskolen Metropol*

3) Capoeira i skolen

Capoeira er kampkunst udsprunget af slavernes undertrykkelse i kolonitidens Brasilien. De farlige kampteknikker er skjult i en smuk og akrobatisk dans, båret frem af sang og musik. Målsætningen med workshoppen er at lege med capoeiraens forskellige elementer gennem let tilgængelige øvelser, som er direkte overførbare til den daglige undervisning i 0.-6. klasse uden behov for særlige kompetencer.

*Steen Møller, Mestre de Capoeira,
stifter og leder af Capoeiraskolen Senzala*

4) Boldbasis i indskolingen

På denne workshop får deltagerne indblik i, hvordan man i tre forskellige boldspil anvender boldspilsdugen til at varetage boldbasis i indskolingen. Workshoppen er bygget op af stationer, hvor man kommer igennem alle tre boldspil, og dermed får forskellige indgange til at introducere de små elever til boldbasis, som på sigt skal danne fundamentet for de færdige boldspil.

Med udgangspunkt i boldspilsdugen skabes på tværs af idrætsgrene et fælles fagligt sprog til idrætsundervisningen, så man understøttes i at opfylde målene for indholdsområdet "Boldbasis og boldspil".

*Konsulenter fra Dansk Håndbold Forbund,
DGI Tennis og Danmarks Basketball Forbund*

5) Crossgym i udskolingen (udendørs)

Få gode ideer til årsplanen. CrossGym serier (WOD's) med forskellige mål, og forskellig opbygning. Variationen gælder både øvelser og tidsætning. Alle WOD's indeholder styrke, kondition og gymnastiske øvelser. Eksempelvis hold-stafetter med fokus på forskellige færdigheder, små øvelsessammensætninger med start på bestemt minuttal i en given periode, med makkerarbejde, stationstræning, eller øvelser hvor henholdsvis store (tunge) og små elever har fordel, så alle får mulighed for en god oplevelse.

Dan Ysnæs, instruktør DGI Gymnastik og fitness

6) Redskabsgymnastik

Redskabsgymnastik anno 2017 for indskolingen. Tarzan-baner, piratleg osv. Hvad må man? Hvad bør man? Hvorfor? I denne workshop arbejder vi med, hvordan redskabsgymnastikken har udviklet sig gennem tiden, til hvor den er i dag. Deltagerne vil få værktøjer til at benytte redskaber alternativt og til at tilrettelægge undervisning ud fra et specifikt fokus. Vi vil se på, hvilke forudsætninger der går forud for brugen og opstillingen af redskaber. Denne workshop bliver en kombination af underviserens erfaringer og opstillinger og idéer fra deltagerens side.

Thomas Jacobsen, gymnastik- og danseinstruktør (Vingsted); Simon Stensig, gymnastikinstruktør og lærer (Ringsted)

7) Badminton Danmark og DGI's badmintonworkshop

På denne workshop vil deltagerne stifte bekendtskab med det nye undervisningsmateriale fra Badminton Danmark og DGI. Der vil være praktiske eksempler på undervisningsforløb og øvelser for elever fra 1.-9. klasse. Materialet indeholder overvejelser omkring tværfaglighed, beskrivelser af tegn på læring til hver eneste øvelse, spørgsmål til fremme af refleksion hos eleverne til hver enkelt øvelse, og alle øvelserne har flere forslag til variation. Uanset udgangspunkt vil workshoppen være en øjenåbner for, hvordan badmintonundervisning kan gennemføres i idrætsundervisningen i folkeskolen.

*Jeppé Ludvigsen, projektkoordinator,
Badminton Danmark | DGI Badminton*

8) Mindfulness

Med mindfulness-øvelser sættes tempoet ned, tankerne slippes og opmærksomheden vendes mod en selv. Målet med workshoppen er at præsentere siddende, gående, stående og liggende mindfulness-øvelser af længere og kortere varighed, så øvelserne både kan anvendes til forløb i idrætsundervisningen, mens de kortere øvelser også kan bruges til andre timer i skoledagen. Der vil igen workshoppen indgå elementer fra børneyoga, da mindfulness er en naturlig del af yogaen. Workshoppen er målrettet indskolingen og mellemtrinnet.

Lisbeth Harboe, cand.mag. i pædagogik, mindfulness instruktør og børneyogalærer.

WORKSHOPS DAG 2

Workshop 1-2 er teoretiske
Workshop 3-10 er praktiske

1) Physical literacy – når idræt er mere end kroppens abc

I denne workshop præsenteres begrebet physical literacy, som på dansk bedst omsættes til kropslig dannelse. En dannelse, der er mere end kroppens abc, men et fundament for elevernes kropslige og idrætslige udfoldelse. Hvordan definerer man begrebet, og hvordan ser det ud i idrætslæreres hverdag? Deltagerne er med til at give svaret, nuancere og diskutere om, hvorvidt begrebet kan bidrage til måden, der bedrives idrætsundervisning og kropslig læring på i Danmark. Workshoppen henvender sig til idrætslærere på alle klassetrin.

Projektleder Annette Borch og udviklingskonsulent Lise Sohl, Dansk Skoleidræt

2) Alle skal lære at svømme

Det er vigtigt at kunne svømme! – det er en grundlæggende færdighed, alle skal lære, og derfor har svømmeundervisning i skolen vigtig betydning. Workshoppen er målrettet 3.-5. klassetrin og sætter fokus på, hvordan man bedst lærer børn at svømme. Nyeste forskningsresultater fra Dansk Svømmeunion og TrykFondens projekt 'Alle skal lære at svømme' præsenteres. Der kommer forslag til aktiviteter, øvelser, redskaber mm., som på bedste vis understøtter Fælles Mål for svømmeundervisning i skolen, der primært fokuserer på, at eleverne skal lære at svømme, lære

at færdes sikkert i, på og ved vand samt lære at redde andre.

Underviser fra Dansk Svømmeunion

3) Kidsvolley i idrætsundervisningen

Kidsvolley er et begynder spil, der tager udgangspunkt i elevernes motoriske udvikling. Spillet udvikler sig fra kaste-gribebevægelser, volleyballkast og volleyballslag til det færdige spil. Workshoppen har indskolingen som fokusgruppe, og der tages udgangspunkt i kaste-gribe bevægelser og små enkle spil med få regler. Kidsvolley er det perfekte spil i skolen, med masser af bevægelse og motoriske udfordringer for alle elever. Medbring mobil tlf. da vi ud over at være aktive også præsenterer vores mobilvenlige hjemmeside, hvor der findes inspiration til undervisningen.

Der bliver udleveret færdige undervisningsplaner med læringsmål og evaluering lige klar til brug i idrætsundervisningen.

Randi Fechtenburg, udviklingskonsulent, Volleyball Danmark

4) SkoleFloorball - sådan staver du med kroppen for indskolingen

Deltagerne bliver præsenteret for undervisningsforløb til folkeskolen med afsæt i Fælles Mål. Deltagerne får en introduktion til regler, bane, udstyr og begreber i floorball. Herefter følger emner som opvarm-

9) FIFA for Health - Sundhedsundervisning på fodboldbanen (delvis udendørs)

Få nye ideer til, hvordan boldøvelser kan bringes ind i arbejdet med sundhed og trivsel. Institut for idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet har sammen med DBU og FIFA udviklet et 11 uger langt undervisningsforløb, der med enkle midler og dokumenteret effekt sætter sundhed på skoleskemaet i 4.-6. klasse. Sjove boldøvelser og småspil, som er designet til at involvere alle og sikrer høj intensitet, gør eleverne sunde og øger deres trivsel samt viden omkring sundhed. Undervisningen varetages af klassens egne lærere, som uddannes på et 3-dages kursus hos DBU. På denne workshop vil deltagerne blive præsenteret for teorien bag undervisningsforløbet samt afprøve dele af programmet på egen krop.

Lene Sandager, videnskabelig assistent (Vingsted), Malte Nejst Larsen, Postdoc (Ringsted), Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

10) Sæt roning på skoleskemaet (max. 24 deltagere)

Vil du lære dine elever om samarbejde, kommunikation, stafet og om at disponere kræfterne? Om bevægelsesanalyse, fysiologi og muskel- og ledfunktion i en anderledes idræt, der kræver både styrke og udholdenhed? Vil I fyre den af i en romaskine-konkurrence, som kan kvalificere jer til Skole OL finalen? Vil du have adgang til en komplet lektionsopdelt undervisningspakke, der imødekommer de faglige fællesmål i idræt til både mellemtrinnet og udskolingen? Så er det måske noget for dig at sætte roning på skoleskemaet! På denne workshop bliver du introduceret til Dansk Forening for Rosports undervisningsmateriale Attention... GO! – både i teori og i praksis i en romaskine.

Undervisere fra Dansk Forening for Rosport



ning, tekniske og taktiske færdigheder og præsentation af spil og øvelser. SkoleFloorball er udviklet i samarbejde med Center for Holdspil og Sundhed, og derfor tager denne workshop udgangspunkt i anbefalingerne om, at boldspil på små baner, såsom 3v3 i fodbold, håndbold, floorball og basketball, anbefales for børn og unge med henblik på at opnå en høj puls og stor muskel-knogle-påvirkning, samt høj involveringsgrad og markante forbedringer af kondition, udholdenhed og muskel-knogle-styrke.

Michael Milo Jørgensen, udviklingskonsulent, Floorball Danmark

5) Find vej i Skolen – orienteringsløb i undervisningen (udendørs)

Orienteringsløb er ikke længere noget, der foregår langt ude i skoven på lange ruter, hvor eleverne er overladt til sig selv. Med Find vej i Skolen kommer orienteringsløb helt ind i skolegården. Du introduceres på workshoppen til korte øvelser, der foregår på et begrænset areal og er nemme at afvikle. Der introduceres også til de muligheder for digital læring, der kan tilbydes gennem Find vej i Skolen-projektet. Workshoppen er målrettet 3.-9. klasse.

Anders Bachhausen, skolekonsulent, Dansk Orienterings-Forbund

6) Kropsbasis – en forsvær udfordring eller en ny mulighed i idrætsundervisningen

Deltagerne bliver præsenteret for et temabaseret kropsbasisforløb for 7.-9. klasse i teori og praksis med afsæt i Forenklede Fælles Mål og Læseplanen for idræt. På workshoppen afprøves de idrætsdidaktiske modeller indenfor Krops-

basis og Temabaseret idrætsundervisning, og der bliver mulighed for at debattere ud fra egne praksiserfaringer og dermed berige og udvikle kropsbasisbegrebet med afsæt i andre tematikker. Undervejs i workshoppen videreudvikles der i fællesskab et idrætsfagsprog, som kan være med til at opkvalificere egne årsplaner og undervisningsforløb i Kropsbasis.

Katrine Bertelsen, lektor på UC SYD og Nationalt videncenter KOSMOS

7) Hip Hop/House i udskoling

Freestyle, sekvenser, udtryk, rytme og hurtige fødder - elementer, som vi på denne workshop skal forsøge at arbejde os igennem via leg. Alle får sved på panden, og rytmisk kunnen er på ingen måde et krav. Der skal smides hængninger, og man skal turde stå frem. De sekvenser, der bliver gennemgået i denne workshop, vil ikke blive delt som undervisningsmateriale, men metoden og legene, som sekvenserne udspringer af, vil blive delt.

Thomas Jacobsen, gymnastik- og danseinstruktør (Vingsted); Cecilie Kaas, danseinstruktør (Ringsted)

8) Flagfootball (udendørs)

Flagfootball er en hurtig, eksplosiv og taktisk sport, der kan spilles af alle. Flagfootball er et let tilgængeligt spil, og deltagerne på workshoppen bliver udfordret på grundlæggende færdigheder som at løbe, kaste og gribe (med en oval bold) og skal samtidig tænke taktisk og arbejde med at udfylde forskellige roller på et hold. Sporten bygger i det store hele på principperne for amerikansk fodbold, dog spilles der uden udstyr (og dermed uden tacklinger), og deltagerantallet er reduceret til fem på hvert hold. På workshoppen introduceres til spillet,



basale tekniske elementer og forskellige småspil samt en kamplignende situation og er målrettet mellemtrin og udskoling.

Underviser fra Dansk Amerikansk Fodbold Forbund

9) Ultimate (udendørs)

Ultimate er en sport i stor vækst og er et fremragende alternativ til de gængse holdspil. På workshoppen får deltagerne gennem leg og bevægelse et indblik i, hvad ultimate er for en størrelse. Der vil først og fremmest sættes fokus på de grundlæggende tekniske færdigheder, så alle lærer de forskellige kast, samt øvelser til at lære og forbedre de tekniske færdigheder fremadrettet. Herudover bliver deltagerne introduceret til forskellige aktiviteter egnet til forskellige klassetrin fra 4.-9. klasse, som kan gøre undervisningen alsidig. Ultimate gør sig bemærket, da det spilles uden dommer. Det er derfor op til spillerne at løse fejl og uoverensstemmelser i kampen ved at udvise god spirit.

Dette vil underviseren sørge for også at give en indsigt i.

Sanne Tryk Nielsen, instruktør, Dansk Frisbee Sport Union

10) Slåslege og slåskultur – bryd grænser med slåslege

Sæt din skole i bevægelse med slåslege. Organiser den gode kamp uden slag og spark. Skab succesoplevelser i undervisningen for de ikke-idrætsvante børn. Bliv klædt på til at undervise i slåslege med enkle rammer og regler. Få kendskab til kamplege, smidighedsøvelser, parøvelser, brydeteknik og kamp. Slåslegene øger børnenes motorik, kropsbevidsthed, koordination, bevægelighed, balance, styrke og selvtillid, så de får mulighed for at prøve kræfter og finde egne grænser.

Workshoppen er målrettet 0.-3. klasse.

Palle Nielsen, underviser i slåslege – slåskultur, Danmarks Brydeforbund

Idrætslærernes Forum 2017

Få masser af inspiration på årets to konferencer til din rolle som idrætslærer i form af både praktiske og teoretiske input og erfaringer fra skolens og idrættens verden.

Alt dette sker henover to dage i samvær med ca. 200 andre idrætslærere og engagerede instruktører.

I år danner henholdsvis Vinstedcenteret og Ringsted sport center/ Sørup Herregård rammerne for de to arrangementer, så man nu både kan finde os vest og øst for Storebælt.

KONTAKT OS

Dansk Skoleidræt, Anne Søndergaard tlf. 2973 9319, ans@skoleidraet.dk
Danmarks Idrætsforbund, Nina Bundgaard, tlf. 4326 2050, nb@dif.dk
DGI, Katja Bødtger, tlf. 23366829, Katja.Boedtger@dgi.dk

DIF, DGI og Dansk Skoleidræt har som et fælles mål en drøm om at sætte mere bevægelse i de danske folkeskoler. Vi sætter Danmark i bevægelse – for sjov, for hinanden og for livet. 'Bevæg dig for livet' inviterer til fællesskab og skaber nye ideer til at dyrke idræt og motion. Det starter med dig – og involverer hele Danmark.

**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**