



Beskrivelse

Nu kan du tilbyde din klasse at prøve- og blive introduceret til parkour.

Parkour er betegnelsen for en fysisk disciplin, hvor man tilpasser sine bevægelser til det miljø man befinder sig i. Derfor siges parkour at arbejde med børnenes kropsbevidsthed - en bevidsthed som kan bruges i et utal af situationer.

Ved hvert besøg er der planlagt undervisning i 90 min - og det er muligt at booke enten et eller to besøg per klasse.

Det er foreningen "House of Concrete" der i samarbejde med Aalborg Kommune har udviklet forløbene, så de passer til blandt andet idrætsfagets FFM og folkeskolens dannelses mål. På en parkourlektion med "House of Concrete" kommer i helt tæt på parkourkulturen. Undervisningen varetages af en erfaren instruktør, der sikrer at jeres elever får en autentisk parkour oplevelse. I undervisningen gennemgås bl.a. en tilpasset opvarmning med fokus på parkour filosofien "start together, finish together". Herefter vil vi arbejde med parkourens færdigheder, herunder vaults, hoppe- & landingsteknik og underbars. Afslutningsvis sammensættes bevægelserne i et flow (serie af bevægelser).

Niveauet kan differentieres så den enkelte elev og enkelte årgang udfordres på et passende niveau.

Foreningen varetager

Lær parkour - i indendørs facilitet

- Planlægning af det konkrete indhold på undervisningen

Skolen varetager

- Forbereder eleverne og sørger for fremmøde
- Kontaktperson som er ansvarlig for aftalen
- Deltager med minimum én underviser, der har det pædagogiske ansvar
- Transport til lokationen

Formål

- At eleverne kan anvende de lærte bevægelser i andre miljøer.
- At eleverne kan anvende principperne bagved grundøvelserne samt sikkerhed i parkour.
- At eleverne får indblik i det grundlæggende princip: "start together, finish together".
- At eleverne opnår basal forståelse for principperne bag parkourens ideologi og det altruistiske værdigrundlag.

Sted

House of Concrete
Ryesgade 40A
9000 Aalborg

Tilmelding

Beskrivelse af tilmeldingsprocedure

Ved tilmelding gives samtykke til, at instruktøren og Sundhed & Kultur kan benytte de angivne kontaktoplysninger i forbindelse med den pågældende aktivitet.

Tilmeldingsfrist

01.01.2025

Dato

Onsdag, 15 januar, 2025 - 12:15

Gratis

Onsdag, 29 januar, 2025 - 12:15

Gratis

Torsdag, 6 februar, 2025 - 12:15

Gratis

Onsdag, 12 februar, 2025 - 12:15

Gratis

Torsdag, 27 februar, 2025 - 12:15

Gratis

Onsdag, 5 marts, 2025 - 12:15

Gratis

Torsdag, 13 marts, 2025 - 12:15

Gratis

Onsdag, 19 marts, 2025 - 12:00

Gratis

Torsdag, 20 marts, 2025 - 12:00

Gratis

Onsdag, 26 marts, 2025 - 12:15

Gratis

Torsdag, 27 marts, 2025 - 10:00

Gratis

Onsdag, 2 april, 2025 - 12:15

Gratis

Torsdag, 3 april, 2025 - 10:00

Gratis

Banner

Gratis

Praktisk information

Udbyder

Foreningsplaymaker

Antal

28

Periode

15.01.2025 - 20.03.2025

Varighed

90 minutter

Dette forløb er gratis.

Emneområde

Tværfaglige tilbud
Trivsel og socialt samvær
Idræt og bevægelse
Natur og friluftsliv

Fag

Valgfag
Idræt
Tema undervisning

Faciliteter

- Mulighed for at spise medbragt mad
- Mulighed for toiletbesøg



Kontakt udbyder

Foreningsplaymaker

Danmarksgade 17

9000 Aalborg