



Beskrivelse

"Speedstacking" eller "sports stacking" - hvad er det? Kort fortalt går sporten ud på at stable specialdesignede kopper i forudbestemte pyramideformede sekvenser og downstacke dem igen hurtigst muligt. Aktiviteten er opfundet på en skole i USA i 1980'erne - som en redskab til adspredelse i skoletiden, og tjener som en virkelig god frikvartersaktivitet for eleverne.

Eleverne oplever typisk en tydelig progression fra de prøver første gang til de efter lidt øvelse, kan stable pyramider hurtigt.

Men hvorfor skal jeg introducere speedstacking for mine elever - spørger du måske? Eleverne træner både puls, koordination, koncentration og samarbejdsevne på en og samme tid. De har i udgangspunktet lige forudsætninger for at kunne begå sig i aktiviteten - hvilket gør det til en demokratisk aktivitet som kan danne en konkret reference for mange andre dannelsesmål.

Det kan således trækkes ind i andre fag og oplevelser, styrker fundamentale evner og så er det virkelig en sjov aktivitet at prøve sammen med sine klassekammerater.

I får besøg af Morten Palner som har mange års erfaring med sports stacking, og brænder for at mange flere opdager kvaliteterne i sporten. Morten er pædagogisk uddannet og en dygtig formidler - der samtidig har blik for at inkludere alle i aktiviteten. Morten medbringer det officielle speedstacking udstyr - som bl.a. gør det let for eleverne at se deres egne tider. Men alt hvad det kræver som frikvartersaktivitet er et

Speedstacking - på skolen

I kan vælge besøg i 1,5 til 2 timer inderfor tidsrammen 8.00 - 12.00 (skrives ved tilmelding)

Har eleverne lyst til at gå til speedstacking - er dette muligt i Nordjyllands Sports Stacking klub: [Nordjyllands sport stacking klub - Frivilligcenter Rebild](#)

Hvad skal skolen gøre?

- Forberede eleverne til/på besøget.
- Sikre et egnet lokale til aktiviteten (større klasselokale/to mindre eller alrum med borde)
- Koordinere lavpraktik med Morten
- Angive hvilket tidsrum på 1,5 - til 2 timer indenfor tidsrummet 8.00 - 12.00 I ønsker besøg. (skrives i kommentarfeltet i tilmeldingen)

Formål

- At inspirere til aktivitet og bevægelse i frikvartererne.
- At give eleverne en sjov oplevelse med mange mulighed for at trække paralleller til mange aspekter i skole og liv.
- At introducere en aktivitet der kan øge pulsen, styrke koordination, -koncentration og -samarbejdsevne.

Tilmelding

Beskrivelse af tilmeldingsprocedure

I kan vælge besøg i 1,5 til 2 timer indenfor tidsrammen 8.00 - 12.00 (skrives ved tilmelding i kommentarfeltet)

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

Tilmeldingsfrist

22.01.2025

Dato

Onsdag, 5 februar, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 12 februar, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 26 februar, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 5 marts, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 12 marts, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 19 marts, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 26 marts, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 2 april, 2025 - 08:00

Gratis

Onsdag, 9 april, 2025 - 08:00

Gratis

Praktisk information

Udbyder

Foreningsplaymaker

Antal

28

Periode

05.02.2025 - 04.04.2025

Varighed

90 minutter

Dette forløb er gratis.

Emneområde

Tværfaglige tilbud
Trivsel og socialt samvær
Idræt og bevægelse

Fag

Understøttende undervisning
Idræt
Tema undervisning

Yderligere oplysninger til faciliteter

På skolen



Kontakt udbyder

Foreningsplaymaker

Danmarksgade 17

9000 Aalborg