



Workshop i redskabsgymnastik - eksamensforb.

Beskrivelse

Redskabsgymnastik - også kaldet idrætsgymnastik - er en idræt der i høj grad styrker basale og motoriske færdigheder såsom balance, smidighed, reaktionsevne, koordination og styrke.

Færdigheder der er almendannende og kan anvendes i mange aspekter.

Overordnet

- Forløbet varetages af Aalborg Idrætsgymnastik og er på i alt 4,5 timer; 2,5 timer i Stadionhal 3 (gymnastikhal) og 2 timer på skolen.
- Alle forløb er komprimerede forløb som finder sted mandage, tirsdage eller onsdage indenfor en 8- dages periode.
- Forløbene starter med undervisning i Stadionhallen for at ende ud i skolens rammer.
- Eleverne undervises i øvelser, opstillinger og begreber der relaterer sig til idrætseksamen.
- Undervisningen varetages af professionel gymnastikinstruktør med flere års erfaring i undervisning af børn.

Ramme for undervisningen

Forløbet tager afsæt i idrætsfaget, men der er også et dannelsesmæssigt fokus på trivsel (respekt, samarbejde, empati og kropsudfoldelse)

Klassen skal have arbejdet med behændighedsøvelser indenfor idrætsgymnastikken så de har et basiskendskab hertil.

Eleverne deltager i eksamensgrupper og forventes at kende til begreberne omkring redskabsgymnastikken (Fra min uddannelse)

Fagligt indhold

Instruktøren giver et bud på det faglige indhold, som du kan være med til at kvalificere.

Præmisser - Sikkerhed

Af sikkerhedsmæssige og praktiske årsager er følgende præmisser opstillet:

- Eleverne forventes at kunne udføre grundlæggende gymnastiske bevægelser og have et grundlæggende kendskab til redskaber.
- En klasse skal have 1-2 aktive og omklædte lærere/pædagoger med.
- Hver undervisningsgang i stadionhallen vil blive indledt med en gennemgang af reglerne for at

Praktisk information

Udbyder

Foreningsplaymaker [Sanne Fremlev](#)

Forløbstype Forløb med formidler

Målgruppe 9. - 10. klasse

Antal

28

Hvert forløb er for én klasse med maksimalt 28 elever.

Periode

19.03.2019 - 26.03.2019

Yderligere oplysninger til periode

Se de datobestemte forløb under tilmelding.

Varighed

4.5 timer

Ialt 4,5 timer

Dette forløb er gratis.

Omkostninger finansieres af Skoleforvaltningen/playmakerpuljen

Emneområde

Trivsel og socialt samvær
Idræt og bevægelse

Fag

Idræt
Tema undervisning

Faciliteter

- Mulighed for at spise medbragt mad
- Mulighed for toiletbesøg
- Handicapvenlige forhold

være i hallen.

- Klasserne er klar til undervisning fra starttidspunktet.

Forventninger til skolen

Skolen forventes at stille egnede rammer til rådighed første undervisningsgang. En gymnastiksal eller hal med adgang til rekvisitter såsom ringe, bom, hest, plint vil være passende.

- Der skal være adgang til et musikanlæg med USB og jack tilslutning.
- Eleverne og lærerne skal være omklædte og klar til undervisning ved lektionens opstart.
- Der forventes 1-2 lærer/pædagog per klasse/hold, som hjælper med at opretholde ro og fokus og kan træde til og hjælpe hvis der bliver behov.
- Vi vil gerne dele erfaringer på tværs, hvorfor der i nogle tilfælde kan deltage en fotograf/journalist.
- Instruktøren skal have mulighed for at stille redskaber og stationer op i skolens lokale minimum 30 minutter før undervisningsstart.
- Instruktøren vil kontakte dig forud for forløbsstart, hvorfor det er vigtigt at kontakinfo anføres korrekt.

Undervisningens omfang

Undervisningen består af 2 tidsbestemte moduler á 2,5 og 2 timers varighed.

De ledige moduler kan ses og bookes under "tilmelding".

Forberedelse

<http://aig-aalborg.dk/>

<https://www.dgi.dk/gymnastik/gymnastik>

Formål

- At eleverne får indblik i idrætsgymnastikken i autentiske omgivelser
- At eleverne oplever målrettet feedback på øvelserne.
- At eleverne forberedes til eksamen jf. aftale og med afsæt i Forenklede Fælles Mål og afprøver gymnastiske øvelser under instruktion af professionel instruktør.

Sted

Stadionhal 3, Aalborg Idrætsgymnastik
Annebergvej 48
9000 Aalborg

Indgang ved stadions SV hjørne - mellem de 2 haller

Tilmelding

Tilmelding

[Tilmelding her](#)

Tilmeldingsfrist

31.03.2019

Kontakt udbyder

Foreningsplaymaker Sanne Fremlev

Danmarksgade 17

9000 Aalborg