



## Dans dig glad - Covid 19 tilpasset

### Beskrivelse

Måske oplever du, at dine elever bliver glade og pjattede når du sætter bevægelse, naturoplevelser og/eller musik på programmet. Så er det højest sandsynligt fordi alle tre elementer hjælper os med at slippe uhensigtsmæssige tanker og bekymringer - og booster derfor vores mentale sundhed og trivsel, både individuelt og i fællesskabet.

I dette forløb indgår både musik, bevægelse og så vidt muligt også natur - og forløbets overordnede formål er at styrke elevernes krop og psyke.

Danseforløbene er lægger vægt på det der optager eleverne - i særlig grad små serier, tik tok danse, fortnite danse og lignende. Tilbuddet er målrettet til Aalborg Kommunes folkeskoler, og tager afsæt i den nuværende situation og forholdsregler i forbindelse med Covid-19. Hvert forløb består af én gang på skolen med 2 x 1 timers aktivitetstid. Aktivitetstiden lægges indenfor tidsrummet 8.00 - 11.00 (FORMIDDAG) eller 11.00 - 14.00 (EFTERMIDDAG) Eksempelvis: ønskes at 3.a deles op i 2 hold så hold 1 danser kl 8.15 - 9.15 og hold 2 danser kl. 9.30 - 10.30

Undervisningen vil blive varetaget af en af vores erfarne instruktører, der gør alt for at jeres elever får en autentisk danseoplevelse. I undervisningen vil vi gennemgå en dansespecifik opvarmning med fokus på bevægelsesforståelse, læring gennem leg og forståelse af takter. Herefter vil vi arbejde med dansespecifikke færdigheder og en sjov koreografi, hvor alle kan være med. Der tages udgangspunkt i at dansen skal give en mere selvsikker tilgang til bevægelse, hvor målet er at udvikle sig selv mens man har det sjovt.

Der tages højde for, at dansen både er for piger og drenge.

### VIGTIGT: Covid-19 forholdsregler

Forholdene henholder sig til Sundhedsstyrelsens, DIF og DGIs forholdsregler for Covid-19, og der vil i forløbet tages nogle forholdsregler som skal overholdes af alle.

- Maksimalt antal afhænger af myndighedernes udmelding, men forventes efter 8. juni at give mulighed for en klassestørrelse, hvis dette af skolen vurderes hensigtsmæssigt.

### Praktisk information

#### Udbyder

Foreningsplaymaker Sanne Fremlev

<b>Forløbstype</b>	Forløb med formidler
<b>Målgruppe</b>	0. - 5. klasse

#### Antal

28

Fordelt ud over 3 timer får 2 hold med 10-28 deltagere hver en times undervisning.

#### Periode

08.06.2020 - 19.06.2020

#### Varighed

2 timer

BEMÆRK venligst, at der hver dag er et FORMIDDAGSFORLØB med start fra kl 8.00 og et EFTERMIDDAGSFORLØB med start fra kl 11.00. Tidspunktet i tilmeldingen angiver om det er formiddagsforløb eller eftermiddagsforløb.

Samme skole kan godt booke både formiddags- og eftermiddagsforløb for den pågældende dag.

### Dette forløb er gratis.

Finansieres af Aalborg Kommunes Skoleforvaltning i samarbejde med Sundheds- og Kulturforvaltningen.

Minimumsantal for aktiviteten er 10 elever per hold.

- Eleverne skal så vidt muligt være inddelt i de grupper de er inddelt i, i den øvrige skoletid.
- Der skal være håndsprit og/eller håndvask tilgængelig, og der bliver brugt håndsprit løbende i løbet af undervisningen
- Eleverne skal naturligvis holde sig hjemme, hvis de har symptomer som fx feber, hoste, muskelømhed og gå straks hjem selv ved milde symptomer
- Eventuelle rekvisitter vil blive rengjort løbende og mellem hold

### Praktisk information

- Aktiviteten afvikles på skolens grund - udendørs og på et område som tillader afstand på 1-2 meter mellem hver elev. (Stedet aftales mellem skole og instruktør)  
Det kan både være græs og asfalt.
- Der vil forud for aktiviteten komme en instruktør og forberede.
- Instruktøren varetager opsynet med elevholdet så længe de er ved aktiviteten, så det er ikke nødvendigt at have en underviser tilstede. Der skal dog være en lærer eller andet personale tilknyttet som kontaktperson der er tilgængelig per telefon under hele aktiviteten.
- Sæt en klar ramme for hvor et elevhold skal hentes og hvor det skal afleveres bagefter
- Underviseren er tilgængelig i 3 timer hvoraf der afvikles 2 aktivitets timer. Timerne kan indenfor rammen placeres i hht. skolens øvrige skema.

Se nedenstående overblik for hvornår en instruktør kan være tilgængelig frem til ultimo juni.

### Tilgængelig for booking

Formiddag: Mandag-fredag klokken 08.00-11.00

Eftermiddag: Mandag til fredag klokken 11.00 - 14.00

Dagene kan bookes nederst på siden efter først-til-mølle, hurtigst muligt efter bookingen kontaktes du af instruktøren mhp. at aftale tid og sted m.v.

### Formål

Læringsmål for undervisningen

Kroppen og dens muligheder

- Eleven har viden om kroppens grundlæggende bevægelsesmuligheder, og kan skabe enkle kropslige udtryk gennem bevægelse.
- Eleven har viden om brug af tid og kraft i bevægelsesudtryk samt brug af rum, relation og bevægelses dynamik.

Idrættens værdier

- Eleven vil udvikle kropslige, idrætslige, sociale og personlige kompetencer gennem dans.

Idrættens kultur

- Eleven har viden om og kan bevæge sig rytmisk til en variation af musikformer samt udføre grundlæggende bevægelser indenfor dans og udtryk.
- Eleven kan udføre rytmiske bevægelsessekvenser til musik.

### Emneområde

Trivsel og socialt samvær

Idræt og bevægelse

Natur og friluftsliv

### Fag

Understøttende undervisning

Idræt

Tema undervisning

### Faciliteter

- Mulighed for at spise medbragt mad
- Mulighed for toiletbesøg

### Yderligere oplysninger til faciliteter

På skolen

### Kontakt udbyder

Foreningsplaymaker Sanne Fremlev

Danmarksgade 17

9000 Aalborg

- Eleven har viden om tempo, rytme og takt.

## Dato

Mandag, 8 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Mandag, 8 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Tirsdag, 9 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Tirsdag, 9 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Onsdag, 10 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Onsdag, 10 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Torsdag, 11 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Torsdag, 11 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Fredag, 12 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Fredag, 12 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Mandag, 15 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Mandag, 15 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Tirsdag, 16 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Tirsdag, 16 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Onsdag, 17 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Onsdag, 17 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Torsdag, 18 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Torsdag, 18 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---

Fredag, 19 juni, 2020 - 08:00

Gratis

---

Fredag, 19 juni, 2020 - 11:00

Gratis

---