

# ”LEG MED BOLDEN”

**Målgruppe:** Elever i indskoling og på mellemtrin.

**Formål:** En temauge, hvor der leges med bolden to timer dagligt og ugen slutes af med en miniturnering.

**Læringsmål for eleverne:**

- Eleven styrkes igennem boldøvelser i at indgå i et idrætsfælleskab
- Sociale kompetencer - eleven bevidstgøres gennem leg med bolden om at samarbejde og venskaber kan føre til sjove og nye oplevelser sammen
- Eleven opdager hvor vigtigt samarbejde er for et hold
- Eleven hverver sig bolderfaring og inspireres til at lege med bolden.
- Eleven opnår øget kontrol over bolden i både bevægelse og spil
- Eleven opnår større kropskontrol

**Mulige tegn på læring:**

- Eleven forstår sin egen rolle på holdet
- Eleven forstår de øvrige roller på holdet
- Eleven evner at udfylde sin rolle på holdet
- Eleven evner at tage imod vejledning
- Eleven evner at hjælpe, således at andre på holdet får mulighed for at lykkes
- Eleven kan overholde regler og aftaler
- Eleven evner at hjælpe under spil
- Eleven forstår sammenhængen mellem regler og spillets flow

**Forløb:**

- Eleverne inddeles på forhånd i homogene grupper á ca. 12 elever (på tværs af køn og niveau)
- Der etableres otte stationer, som bemannes af en voksen
- Grupperne fordeles på stationerne og der arbejdes 15 minutter på hver station
- Der roteres med uret til næste station på givet signal
- Materialer (bolde, veste, kegler) bliver på stationerne ved rotation
- Sværhedsgraden tilpasses den aktuelle gruppe



EN DEL AF  
NOGET STØRRE

## **Øvelser:**

Herunder kan du finde en oversigt med otte forskellige øvelser til hver ugedag:

### **Mandag**

- Station 1: Fodbold-ståtrold
- Station 2: Ekspresbold
- Station 3: Byt mål ved scoring
- Station 4: Huler og uhyrer
- Station 5: Skud på mål
- Station 6: Katten efter musen
- Station 7: Forhindringsbane
- Station 8: Driblestafet

### **Tirsdag**

- Station 1: Kinesisk tagfat
- Station 2: Driblefirkanter
- Station 3: Belgisk banke bøf
- Station 4: Små-kampe 2:2 / 3:3
- Station 5: Fodboldbowling
- Station 6: Kinesisk rundbold
- Station 7: Forhindringsbane
- Station 8: Krabbefodbold

### **Onsdag**

- Station 1: Ulv – får – sten
- Station 2: Skud på mål
- Station 3: Driblekonge
- Station 4: Små-kampe 2:2 / 3:3
- Station 5: Kramme tagfat
- Station 6: Driblestafet
- Station 7: Forhindringsbane
- Station 8: Overtalssituation – 4:2

## Torsdag

Stadion 1: Afslutninger i medløb

Stadion 2: Kongens efterfølger

Stadion 3: 1:1 i firkant

Stadion 4: Spil til 2+1 mål

Stadion 5: Inderside med begge ben

Stadion 6: 4:4 på 5 mål

Stadion 7: Afslutninger efter indlæg

Stadion 8: Boldkunster

Du kan se alle øvelserne i en samlet PDF [her](#)

## Fredag

Temaugen afsluttes med en af følgende turneringer i 2 timer.

- [Fodbold Cup](#)
  - Nye hold hele tiden
  - Individuel pointscore
  - Kræver en del forarbejde
- [Divisionskampen](#)
  - Samme hold, nye modstandere hele tiden
  - Udligning af niveauforskelle over tid
  - Nemt at organisere