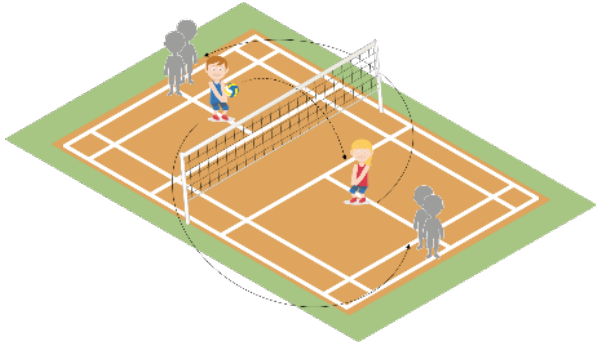
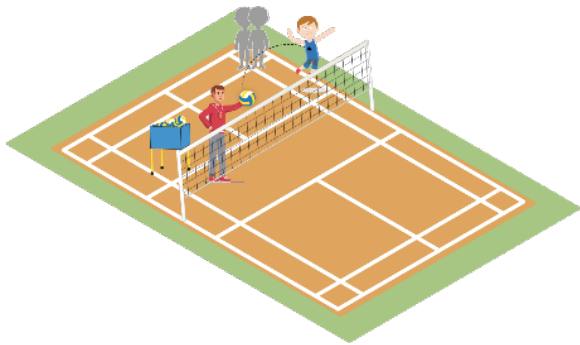
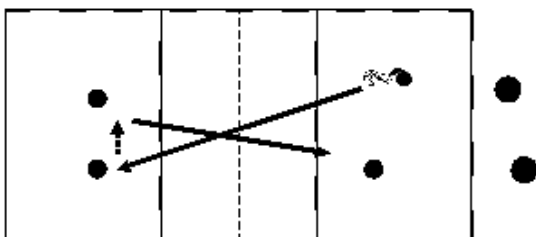


Tid		Lektionsplan 8.-9. klasse (3. Forløb)	
5-7 min	Opvarmning	<p>Lad eleverne stå for opvarmningen.</p> <p><u>Ide:</u> Rundt om nettet</p>  <p>Eleverne inddeles i grupper af 4-8 med 1 bold pr. Gruppe. Eleverne fordeles på hver sin banehalvdel</p> <p>Regler:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bolden spilles over nettet med et fingerslag af den forreste elev i rækken, som derefter løber rundt om nettet og om bag rækken på modsatte side • Bolden spilles retur med et fingerslag. Kan evt. gribes først og derefter kastes op til sig selv og spilles over med fingerslag eller smash. Derefter løbes over på modsatte side osv. <p>Alle elever starter med 10 point. Mister man bolden, trækkes 1 point fra. Spillet spilles på tid. Den med flest point vinder.</p>	
	Organisering:	<p>Grupper på 4-8 elever 1 bold pr. Gruppe Hel bane pr. gruppe</p> <p>Fokus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opvarmning • Fingerslag <p>Vurdering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Har eleverne styr på deres opvarmning? • Har de brug for hjælp? • Bevæger eleverne sig? 	
5-7 min	Smashtiming	 <p>Eleverne inddeles i grupper af 4-8 med 3-6 bolde pr. gruppe. 2 ved position 4 (ved venstre side af nettet) med bolde. Boldene sendes fremad i rækken En elev står ved nettet (hæver)</p> <p>Regler:</p> <p>Den første elev i rækken kaster bolde ind til hæveren.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bolden gribes, og der udføres en gribe-kaste-hævning • Bolden smashes over nettet. Derefter henter man sin bold, og afløser eleven der står ved nettet • Eleven ved nettet går ind i rækken, og gør sig klar til smash 	
	Organisering:	<p>Grupper på 4-8 elever. 3-6 bolde pr. gruppe</p> <p>Fokus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Smashtiming • Smash • Samspil • Gribe-kaste-hævning <p>Vurdering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forstår eleverne øvelsen? • Serves der korrekt? • Prøver eleverne at gøre hinanden gode (lægger de gode bolde til hinanden?) 	

10 min

Stående smash



Eleverne sættes sammen i grupper på 2 baner med 2 hold på hver side af nettet og 2 hold i venteværelset.

Regler:

- 2 elever på hver side af nettet.
- Eleverne står ved siden af hinanden på banen.
- Stående smash over nettet og når bolden er smasheset over, byttes plads med de 2, der er i venteværelset.
- På den anden side af nettet gribes bolden.
- Eleven der ikke griber bolden, går i position til at smashe bolden over nettet.
- Bolden kastes lige i vejret og bolden smashes over nettet.
- Der byttes plads med de 2 der er i venteværelset.

Organisering:

Grupper på 6 elever
Parvis
2 hold på banen og 2 hold udenfor banen
Badminton-bane

Fokus:

- Stående smash
- Samspil

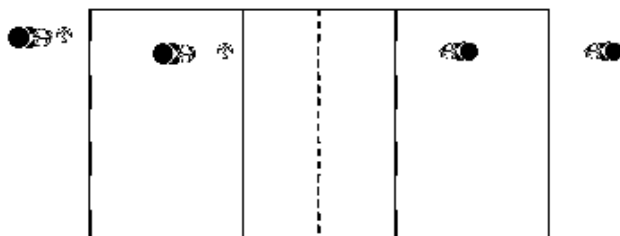
Vurdering:

- Forstår eleverne øvelsen?
- Får dem i venteværelset nok ud af øvelsen?

10 min

Småspil 1 mod 1

venteværelse side 1 side 2 venteværelse



En mod en kan også spilles med 4 elever. Efter hvert spil laves en ny kamp mellem eleverne i venteværelset. Eleverne i venteværelset har en bold, der sættes i gang med en serv. Nye kampe laves ved at bytte plads med eleverne i venteværelset.

Organisering:

Grupper med 4 elever
2 bolde

Fokus:

- Serv
- Spil over net

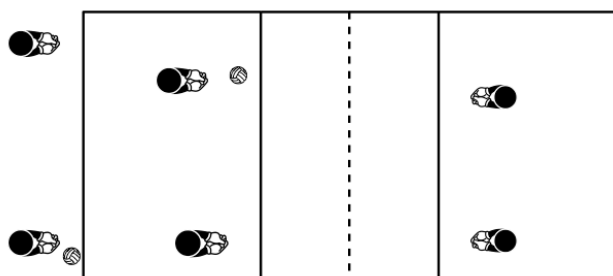
Vurdering:

- Forstår eleverne øvelsen?
- Får dem i venteværelset nok ud af øvelsen?

5-7 min

Småspil 2 mod 2

Venteværelse bane 1 bane 2



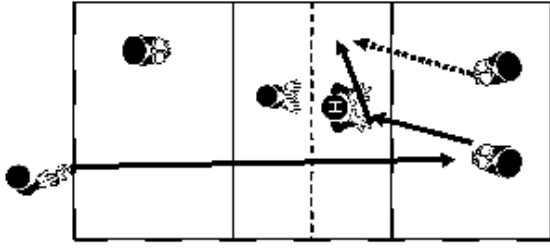
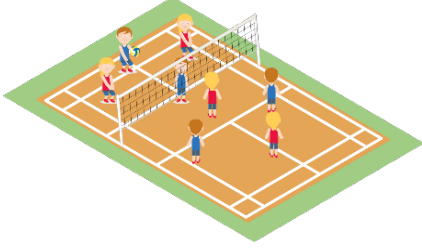
Der spilles en mod en.

Organisering:

Gruppe på 4-6 elever
4 elever på banen (2 mod 2)
Der er to elever uden for banen med en bold.
Badmintonbane eller ½ volleybane pr. gruppe

Fokus:

- Serv
- Samspil
- Hævning

	<p>Der kan spilles med Teen 1 regler, hvor anden bolden må gribes. Der kan spilles med Teen 2 regler uden gribning.</p> <p>Der spilles 2 mod 2, mens et sidste hold venter udenfor banen (venteværelset). Bolden sættes i gang med en serv. Efter hver bold byttes der, så eleverne på bane 1 går over på bane 2. Eleverne på bane 2 går ud fra banen med en bold. Eleverne udefra går ind på bane 1 med bolden og starter en ny kamp.</p> <p>Forslag: Der kan tilføjes et ekstra hold hvis man er mange (ekstra venteværelse)</p>	<p>Vurdering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er reglerne forstået? • Får dem i venteværelset nok ud af øvelsen? • Er de rigtige regler valgt denne målgruppe? Juster undervejs
<p>10 min</p>	<p>Småspil 3 mod 3</p>  <p>2 hold med 3 spiller mod hinanden.</p> <p>Regler: Som i Kidsvolley dør man, når man har begået en fejl. Det vil sige, at den spiller, der laver fejl, går ud af banen. Der spilles eksempelvis så 3 mod 2 i den næste bold. Spilleren kan befries igen, hvis holdet vinder en bold. Man befries i den rækkefølge, man er død. Når der kun er en elev på banen, må denne røre bolden tre gange. Når man har ryddet modstandens bane for spillere, har man vundet.</p>	<p>Organisering: Gruppe af 6 elever 1 bold pr. Gruppe. Badmintonbane eller ½ volleybane pr. gruppe</p> <p>Fokus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Samarbejde • Konkurrence • Boldberøring <p>Vurdering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forstår eleverne øvelsen? • Er der nok flow i spillet? Skal det være nemmere at befri de døde?
<p>15-20min</p>	<p>Spil Teen 1 eller Teen 2</p>  <p>Find reglerne her: https://volleyball.dk/spilleregler/</p>	<p>Organisering: Fuld bane 3 pr. Hold</p> <p>Fokus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Samspil • Samarbejde

Evaluering 5 min

Her et par spørgsmål I kan snakke om efter undervisningen, hvor I bl.a. kan italesætte faglige begreber og snakke om øvelserne og spillet.

- Hvordan kan I taktisk forbedre spillet? (snak om, hvor det er godt at spille bolden på modsatte side- i hjørnerne eller kort på midten af banen. Eller smash langt på linjen, m.m.)
- Kan I selv finde på øvelser og småspil, hvor I kan øve de tekniske færdigheder?