

## Udeliv 23/24



### Beskrivelse

Frisk luft, bevægelse, individuel og fælles læring om forskellige tekniske færdigheder inden for faget.

Vi tilbyder modulbaserede forløb, som understøtter specifikke færdigheder for børnene.

Børnene deltager i udelivsaktiviteter, som udvikler egne og fælles færdigheder.

### Aktiviteter

#### Vi tilbyder disse moduler:

- Mountainbike: Teknik, balance, cykeltur
- Klatring: Klatreteknik og sikring (Klatrevæggen på Hybenvej 2, Viborg / Træklatring i Granadaskoven, Viborg)
- Vandaktiviteter: Kano, kajak, SUP board, padleteknik, å-vandring (sø og å)
- Orienteringsløb/vandring: Kort og kompas, navigation (åbent terræn)
- Bål: Båltænding, mad over bål, fisk, kød og grøntsager
- Fiskeri: Teknik, rigge en stang til, agn (sø og å, put'n take)
- Bondegårdsbesøg: Vi tager på rundvisning på en lokal bondegård
- Bushcraft: Vi udforsker naturen og bygger på vores skovbase. Vi arbejder sammen, bygger og vedligeholder klubbernes lejrplads i Undallslund Plantage med brug af naturens remedier. (Dette forløb egner sig til 3-5 mødegange)

### Forberedelse

Tal lidt om påklædning. Det giver de bedste forudsætninger for en god oplevelse, hvis børnene er klædt på til aktiviteten og medbringer madpakke og drikkedunk.

### Efterbehandling

For at skabe sammenhæng mellem dette forløb og elevernes læring i klasselokalet, er det en god idé at koble forløbet til et emne, I skal i gang med, er midt i eller lige har afsluttet.

Find inspiration under 'undervisningsmateriale', hvor der bl.a. er linket til relevante forløb på Gyldendals portaler.

### Formål

Formålet med forløbet er,

- at børnene lærer nyt i andre rammer end de daglige.
- at børnene udfordres i nye grupperinger og oplever vennerne i nye roller og med nye betydninger

### Eksempler fra Fælles Mål:

*Idræt, efter 5. klasse* - Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'alsidig idrætsudøvelse', hvor eleven kan anvende grundlæggende, sammensatte bevægelser i idrætspraksis. Med særligt fokus på 'vandaktiviteter'.

*Idræt, efter 7. klasse* - Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'alsidig idrætsudøvelse', hvor eleven kan anvende sammensatte bevægelser i udvikling af idrætsaktiviteter. Med særligt fokus på 'natur- og udeliv'.

*Madkundskab* - Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'fødevarebevidsthed', hvor eleven kan træffe begrundede madvalg i forhold til kvalitet, smag og bæredygtighed. Med særligt fokus på 'råvarekendskab'.

#### Undervisningsmateriale

Sekundært materiale

[Forløb på Gyldendals idrætsportal: På udebane](#)

Sekundært materiale

[Forløb på Gyldendals madkundskabsportal: Frisk fisk](#)

Sekundært materiale

[Forløb på Gyldendals madkundskabsportal: Vilde urter](#)

#### Tilmelding

##### Beskrivelse af tilmeldingsprocedure

Der er løbende tilmelding. I tilmelder jer ved direkte henvendelse til afdelingsleder for Klubben Hybenvej, Morten Kjærsgaard.

[m8k@viborg.dk](mailto:m8k@viborg.dk)

##### Tilmeldingsfrist

09.06.2024

## Praktisk information

### Udbyder

Viborg Ungdomsskole

---

### Antal

28

Maks. én klasse ad gangen.

### Periode

Hele året

### Yderligere oplysninger til periode

Tilbuddet er gældende i skoleåret 23/24.

### Varighed

2 timer

Et modul varer to timer (med undtagelse af Bushcraft), og vi tilrettelægger gerne længere forløb efter aftale. Både samme dag og over en længere periode.

### Pris

250,- pr. time (Momsfrit)

Vi aftaler pris ved henvendelse. En klubpædagog koster 250 kroner i timen alt inklusive, og prisen vil som udgangspunkt blive sat efter det samlede antal pædagogtimer.

---

### Emneområde

Idræt og bevægelse  
Natur og friluftsliv  
Trivsel og fællesskaber

---

### Fag

Idræt  
Madkundskab  
Obligatoriske emner

---

### Faciliteter

- Mulighed for at spise medbragt mad

## Transporttilskud

Det er muligt at søge transporttilskud til dette forløb.

## Kontakt udbyder

### Viborg Ungdomsskole

Reberbanen 11 + 13

8800 Viborg

Tlf. 87871900