

Søndersøløbets Skolestafet 2024



Beskrivelse

Søndersøløbets Skolestafet foregår tirsdag den 28.maj 2024 og henvender sig til alle 5. - 9. klasser i Viborg Kommune (invitation vedhæftet under 'undervisningsmaterialer').

I kan tilmelde jer i to kategorier:

- 5. - 6. klasse pige/dreng
- 7. - 9. klasse pige/dreng

Aktiviteter

Stafetten løbes rundt om Sønder sø med fem skift undervejs, dvs. ét hold består af seks elever, hvor hver elev løber ca. 1 km.

Kl. 10.00 Fællesopvarming

Kl. 10.15 Løbetstart STAFET

Kl. 11.45 Præmieoverrækkelse

Læs mere på www.søndersøløbet.dk

Forberedelse

I kan arbejde med aktiviteter inden for færdigheds- og vidensmålet "Løb, spring og kast" i idrætstimerne op til stafetten.

I kan f.eks. have fokus på teknik til stafetløb: modtage, aflevere og skifte i skiftezone via øvelser med timing, koordination, samarbejde og koncentration.

Se inspiration til relevante forløb under 'undervisningsmaterialer'.

Efterbehandling

Eleverne kan arbejde videre med taber- og vinderreaktioner.

Se inspiration til relevante forløb under 'undervisningsmaterialer'.

Formål

Formålet med Søndersøløbets Skolestafet er at give skolebørnene en fælles, sjov og god løbeoplevelse.

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 forkus på 'løb, spring og kast'.
- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'idrætskultur og relationer', hvor eleven kan deltage aktivt i idrættens kultur og fællesskab. Med særligt fokus på 'samarbejde og ansvar'.

Idræt, efter 7. klasse

- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'alsidig idrætsudøvelse', hvor eleven kan anvende sammensatte bevægelser i udvikling af idrætsaktiviteter. Med særligt forkus på 'løb, spring og kast'.
- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'idrætskultur og relationer', hvor eleven kan analysere idrætskulturelle normer, værdier og relationer. Med særligt fokus på 'samarbejde og ansvar'.

Idræt, efter 9. klasse

- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'alsidig idrætsudøvelse', hvor eleven kan anvende komplekse bevægelsesmønstre i udvikling af en alsidig idrætspraksis. Med særligt forkus på 'løb, spring og kast'.
- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'idrætskultur og relationer', hvor eleven kan vurdere idrætskulturelle normer, værdier og relationer i et samfundsmæssigt perspektiv. Med særligt fokus på 'samarbejde og ansvar'.

Sted

Golf Hotellet
Hans Tausens Allé 2
8800 Viborg

Det grønne område ved Golf Hotellet ned til Søndersø

Undervisningsmateriale

PRIMÆRT materiale
Indbydelse

[Hent fil](#)

SEKÆUNDÆRT materiale

[Forløb på Gyldendals idrætsportal for 3.-6. klasse: Energi](#)

SEKUNDÆRT materiale

[Forløb på Gyldendals idrætsportal for 3.-6. klasse: Kampen - at tabe og at vinde](#)

SEKUNDÆRT materiale

Forløb på Gyldendals idrætsportal for 7.-9. klasse: Spot på teknikken

SEKUNDÆRT materiale

Forløb på Gyldendals idrætsportal for 7.-9. klasse: Olympiske lege

Tilmelding

Beskrivelse af tilmeldingsprocedure

Kontakt formidler, hvis der er spørgsmål vedrørende forløbet.

Tilmelding af stafethold skal ske via nedenstående link.

Husk at navngive HVERT hold med det særligt navn feks. Startrunners - xxx skole drenge hold 2 mv.

Tilmelding

www.søndersøløbet.dk

adm@viborgidraetsraad.dk

Tlf.nr. 86625533

Tilmeldingsfrist

05.05.2024

Praktisk information

Udbyder

Viborg Idrætsråd

Periode

28.05.2024

Yderligere oplysninger til periode

Tirsdag den 28. maj 2024

Løbet er sidste tirsdag i maj måned hvert år.

Varighed

2 timer

Pris

200,- pr. gruppe (inkl. moms)

Prisen er pr. hold og inkl. vand og frugt.

Der er vandrepokal og præmie til det vindende hold i hver kategori.

Emneområde

Idræt og bevægelse

Fag

Idræt

Faciliteter

- Mulighed for at spise medbragt mad
- Mulighed for toiletbesøg

Transporttilskud

Det er muligt at søge transporttilskud til dette forløb.

Kontakt udbyder

Viborg Idrætsråd

Skottenborg 12-14

8800 Viborg

Tlf. 86625533/31186316