

FLOORBALL I SKOLEN

Hvad er forskellen på motionsfloorball og traditionel floorball? Hvor finder jeg inspiration? Hvad er reglerne?

BEVÆG
DIG FOR
LIVET



TrygFonden

NORDEA
FONDEN

DGI



Et alternativ med mange kvaliteter

En idræt, der er nem at gå til - uanset køn, alder og niveau

Floorball og motionsfloorball - hvad er forskellen?

Floorball, som vi kender det på traditionel vis, består af hold på seks personer og spilles på en bane på størrelse med en håndboldbane.

I motionsfloorball består holdet af tre personer og banen går på tværs i hallen - dvs. 10x20 meter.

Motionsfloorballformatet gør det lettere for foreninger, skoler og lignende at organisere idrætten med fokus på flow og aktivering af mange spillere på samme tid. Motionsfloorballformatet gør det muligt at have 3 - 4 baner i en idrætshal af almindelig størrelse.

Motionsfloorball er dermed også det nemmeste format at tage i brug, når man ønsker at præsentere eleverne for floorball i skolen.

Motionsfloorballs kvaliteter

Ikke alle børn har fundet deres plads på fodbold- eller håndboldholdet.

Motionsfloorball er yderst niveauintegrerende og dermed får alle elever en rolle på holdet.

Drenge og piger kan sagtens spille sammen, da fysikken adskilles af staven og banens størrelse ikke sætter samme krav til hurtighed, som floorball i oprindelig format.

Med kun tre spillere på holdet undgår man, at spillerne kan gemme sig på banen - alle bliver involveret i spillet.

Reglerne

- Man må ikke slå på de andres stave
- Bladet skal holdes under hoftehøjde
- Begge hænder skal holdes på staven ved nærkontakt
- Ingen spilstop efter scoring
- Ingen specifik spillerposition og heller ingen målmand.

Inspiration til undervisningen

Der er mange muligheder for at hente inspiration på nettet. Nedenfor finder du nogle af disse.

www.dgi.dk/traenerguiden

På DGI's hjemmeside finder du trænerguiden, som i øvelsesbanken indeholder i alt 56 konkrete øvelser til floorballundervisningen.

Sådan staver du med kroppen

Via linket

www.copenhagenfloorballcenter.dk/skole-og-institutionsudstyr/undervisningsmateriale-skole/ kan du gratis downloade et undervisningshæfte, som er skræddersyet til floorballundervisning i skolen. Den giver dig gode øvelser til at tilrettelægge undervisningen progressivt med fokus på målgruppen.

Bog om Motionsfloorball

På www.copenhagenfloorballcenter.dk/info/motionsfloorball finder du meget mere information om sporten.

Blandt andet kan du gratis downloade "Bog om Motionsfloorball", som giver dig en overskuelig viden om bagvedliggende studier, øvelser, opsætning af træning og meget mere.

PDF filen er 36 sider og et yderst godt opslagsværk for dig som underviser.

Bevæg dig for livet Floorball

Bevæg dig for livet Floorball er et samarbejde mellem Floorball Danmark og DGI Floorball. Sammen arbejder vi mod at udbrede kendskabet og tilslutningen til floorball, fordi vi tror på, at kvaliteterne i sporten kan bidrage med positive oplevelser for rigtig mange målgrupper.

Floorball stormer frem og tilslutningen i lokalforeningers medlemmer er steget med 20 % fra 2015 til 2016. Floorball har kvaliteter, som kan imødekomme udfordringen ift. manglende hold- og boldtilbud til senstartere. Dette gælder også målgruppen i folkeskolens mellemtrin og udskoling.

Undersøg om din lokale forening tilbyder floorball eller kontakt DGI, hvis I ønsker at købe udstyr ind til din undervisning.

Vil du vide mere?

Kontakt din lokale idrætsforening eller DGI for mere information

Idrætskonsulent:

Thomas S. Grasbakken, floorballkonsulent i DGI Østjylland og

DGI Sydøstjylland

Tlf.: 7940 4357

E-mail: thomas.skaug.grasbakken@dgi.dk

Om Bevæg dig for livet

Bevæg dig for livet er en invitation til fællesskab, motivation og nye idéer til at dyrke idræt og motion. Det starter med dig – og involverer hele Danmark.

**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**