

KARAKTEREGENSKABER I BASKETFORLØBET

Vi har i dette forløb fokus på de fire karakteregenskaber, som kort er beskrevet herunder.

Lederskab - fx for teamets udvikling og optimering af ressourcer i spillet men også i teamdiskussionerne i timerne.

Fordybelse - fx ved at se videoer med spilsekvenser og fordybe sig i at opnå forståelse for fx spilfaserne. Men også fordybelse i teamopgaver og i selve spillet i de praktiske timer.

Kommunikation - herunder konstruktiv feedback i tvillingepar og med teamet som helhed. Tydelig kommunikation når du skal aflevere og modtage bolden.

Initiativ og ansvar -fx for teamets udvikling og for at spillet kan fungere i praktisk idræt. Tager initiativ til at sætte spiløvelser i gang og reflektere og foretager småjusteringer, der kan gøre at øvelsen kommer til at fungere bedre i teamet.

Sid sammen med din tvillingemakker og tal sammen om jeres udvikling i forløbet.

Opgave 1:

- 1) Læs beskrivelserne for de fire karakteregenskaber igennem og overvej først hvorledes du selv har udviklet dig/udlevet disse i forløbet.
- 2) Overvej derefter hvordan din tvillingemakker har udviklet sig/udlevet dem.
- 3) Tal til sidst sammen om karakteregenskaberne, hvor du først fortæller, hvordan du ser din tvillingemakker, derefter fortæller tvillingemakkeren hvordan hun ser sig selv. Byt rolle.

Opgave 2:

Tænk over de tre spørgsmål herunder og fortæl dem til din tvillingemakker.

- 1) Hvad er særligt du god til som du har kunne drage nytte af i basketforløbet?
- 2) Hvor har du haft de største udfordringer i forløbet?
- 3) Hvor har du udviklet dig mest?