

Kamp i vikingetiden

Beskrivelse

Vikingerne var kendt for deres dygtighed til at føre krig. Med langskibene kom de hurtigt rundt og blev berygtede for deres vildskab i kamp. De var uden tvivl dygtige krigere, om det var i skjoldmuren eller mand mod mand kamp.

I dette forløb introduceres vikingetidens våben og rustningstyper og hvordan de bruges i kamp. De grundlæggende kampteknikker trænes med våben af træ, og deltagerne får færtten af kamptumlen i en skjoldmur og alvoren i en mand mod mand kamp.

Undervisning

Forløbet foregår ved ringborgen Fyrkat, en af Harald Blåtands borge fra vikingetiden. Der gives en kort introduktion til brugen af våben i vikingetiden og alle kendte våbentyper præsenteres og håndteres: økse, spyd, sværd, skjold. Hjelm og ringbrynje kan prøves på.

Herefter trænes vikingekamp med våben af træ. Der veksles mellem træningsøvelser og fri kamp, med øje for sikkerhed og våbenførlighed. Der trænes mand mod mand kamp og sluttelig hærkamp mellem to hold. Da trævåben kan gøre ondt og skade, hvis de anvendes forkert, er der stor fokus på sikker håndtering. Deltagerne lærer at tage ansvar for deres kampkunnen og besejre deres modstander sikkert og kontrolleret. Det kræver mental såvel som fysisk opmærksomhed i kampsituationen. Der trænes individuelle teknikker og kollektive hærkampstaktikker.

Målgruppe

Grundskole: 6.-9. kl.

Fag

En tværfaglig aktivitet mellem fagene historie og idræt.

Kompetenceområde

1. Kronologi og sammenhæng: Eleven har viden om magtforhold og samfundsstrukturer før og nu. Eleven kan forklare hvorfor historisk udvikling i perioder var præget af kontinuitet og i andre af brud.
2. Kropsbasis: Eleven kan anvende kropsbevidsthed i bevægelser
3. Alsidig idrætsudøvelse: Eleven kan fastholde koncentration og fokus i idrætsudøvelse
4. Samarbejde og ansvar: Eleven kan samarbejde i idrætsaktiviteter. Eleven kan udvikle konstruktive samarbejdsrelationer i idrætslige aktiviteter. Eleven kan udvise hensyn og tolerance i idrætsaktiviteter, der indebærer kropskontakt
5. Normer og værdier: Eleven kan respektere regler og aftaler for idrætsaktiviteter. Eleven har viden om regelsæts formål og struktur

Læringsmål

1. Eleverne lærer sikker og kompetent våbenføring:
2. De introduceres til en kampsport, som kan praktiseres hjemme, 1 mod 1, eller i hold.
3. De lærer at håndtere 'kampstress' og at tage ansvar for egen og andres sikkerhed.

Fakta om tilbuddet

Hvornår: 1.maj – 30. september, hverdage kl.10-16

Pris: 600 kr. (maks. 10 personer), derefter 25 kr. per person.

Maks. 25 elever

Varighed: 1 time

Emner: Vikingetid, kamptræning

Sted

Vikingecenter Fyrkat

Fyrkatvej 37 B og 45

9500 Hobro

Mariagerfjord Kommune

Faciliteter på stedet

Vikingecenter Fyrkat består af en ringborg og en rekonstrueret vikingegård med ca. 1 km. imellem.

Ved vikingegården findes en museumsbutik, besøgscenter med toiletter (et toilet er handicapvenligt) og en udstilling med mulighed for at prøve vikingetøj samt en mytologisk legeplads.

Læs mere på hjemmesiden: www.nordmus.dk

Kontakt og bestilling

Museumsinspektør Anne Mette Gielsager, Tlf.: 99824175, mail: anne.mette.gielsager@aalborg.dk

Vikingecenter Fyrkat

Tlf.: 99824175

Mail: anne.mette.gielsager@aalborg.dk